تمرينات متقدمة في
الجمناستك

تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في اكتساب بعض المهارات

الأستاذ
منيب صبحي شهاب

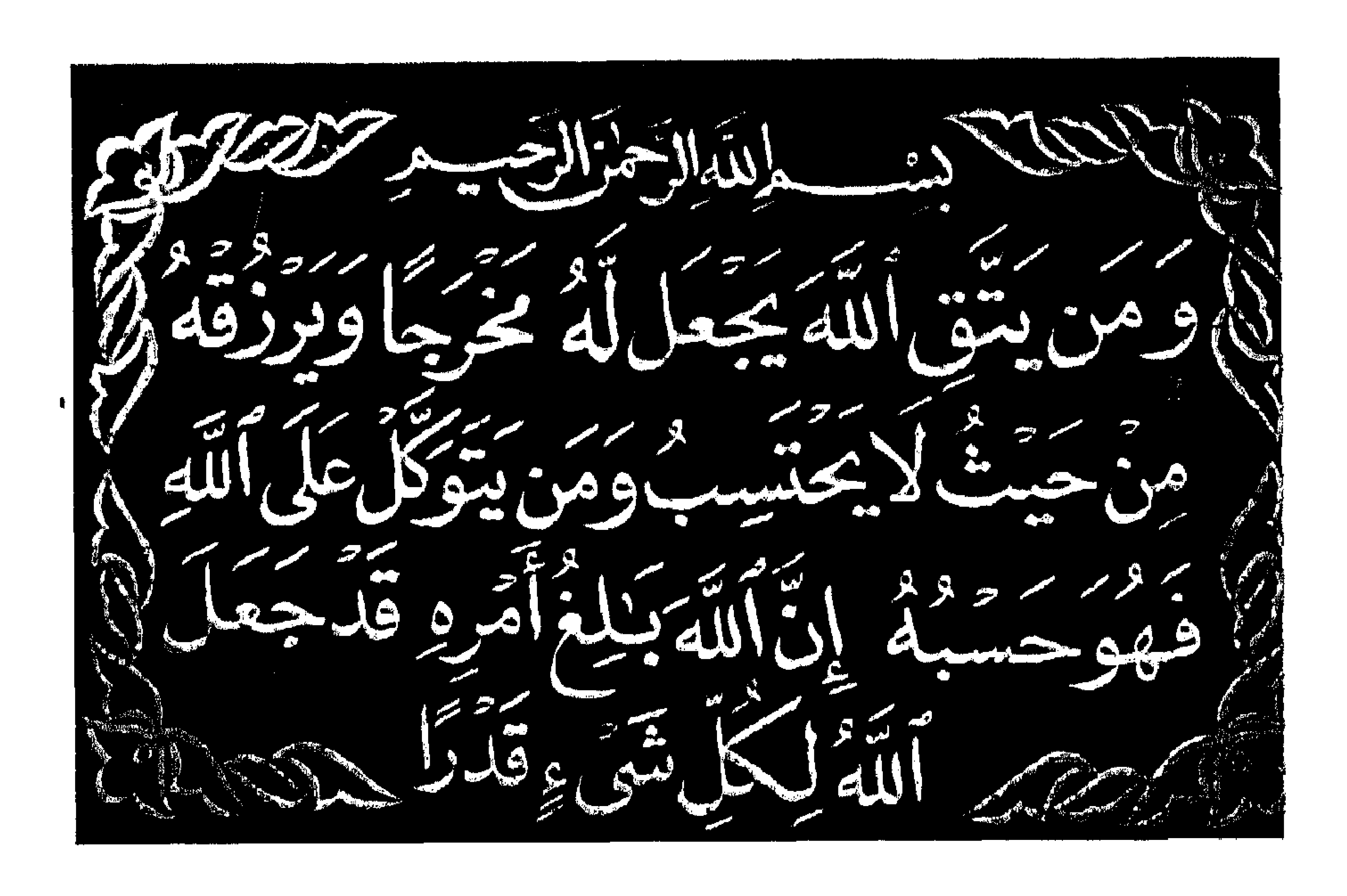




للنشر والتوزيع


مكتبة المجتمع العربي
للنشر والتوزيع


مكتبة المجتمع العربي
للنشر والتوزيع



تمرينات متقدمة في

الجمناستك

تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في اكتساب بعض المهارات

تمرينات متقدمة في الجمناستك

تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في اكتساب بعض المهارات

الأستاذ

منيب صبحي شهاب

الطبعة الأولى

2015م - 1436هـ



رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية (2014/6/2963)

371.3

شهاب، منيب صبحي

تمرينات متقدمة في الجمناستك / منيب صبحي شهاب.- عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2014

(   ) ص

ر.إ.: 2014/6/2963

الواصفات: /طرق التعلم//أساليب التدريس/

• يتحمل المؤلف كامل المسؤولية القانونية عن محتوى مصنفه ولا يعبر هذا المصنف عن رأي دائرة المكتبة الوطنية أو أي جهة حكومية أخرى.

الطبعة العربية الأولى

2015م-1436هـ



عمان – وسط البلد – ش. السلط – مجمع الفحيص التجاري

تلفاكس 4632739 ص.ب. 8244 عمان 11121 الأردن

عمان – ش. الملكة رانيا العبد الله – مقابل كلية الزراعة – مجمع سمارة التجاري

www: muj-arabi-pub.com

Email: Info@ muj-arabi-pub.com

Email: Moj_pub@yahoo.com



ISBN 978-9957-83-465-4 (ردمك)

المحتويات

الموضوع	الصفحة

الباب الثالث

منهجية البحث

الباب الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

الباب الخامس

الإستنتاجات والتوصيات

الشكر والتقدير

الحمد لله الذي هدانا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله، والصلاة والسلام على الرسول الكريم (محمد) صلى الله عليه وعلى آله وصحبه أجمعين. الحمد لله والشكر له على نعمه علينا وفضله انه نعم المولى ونعم النصير... وبعد الشكر لله عز وجل الذي وفقني لاتمام متطلبات الدراسة فمن واجب الامانة والوفاء أن اقدم شكري وعظيم أمتناني الى استاذي الفاضل الدكتور سعدالله عباس رشيد المشرف على هذه الرسالة لما بذله من جهود وما قدمه من ارشادات ساعدت كثيرا في تخطي المشاكل والمعوقات في أثناء مدة البحث.

كما اوجه شكري وتقديري الى عمادة كلية التربية الرياضية المتمثلة بعميدها الدكتور آزاد حسن قادر والكادر الاداري.كما أقدم شكري وتقديري الى الدكتور دارا عمر ميران والدكتور نجدت عقراوي لما قدماه لي من نصائح طيلة فترة الدراسة فضلاً عن تشجيعهما جزاءهما الله عني خير الجزاء.

كما اقدم شكري وتقديري الى السادة معاوني العميد(الدكتور سيروان والدكتور سعدالله) ورؤساء الاقسام (د. ثائر، د.شيروان، د. فداء)

كما أتوجه بالشكر والتقدير الى الدكتور فداء أكرم سليم الذي ساعدني لإجراء إحصائيات البحث وتوفير المصادر، والدكتور فؤاد إبراهيم السراج الذي ترجم الملخص الى اللغة الإنكليزية وأشكر الاخ العزيز طالب الدكتوراه إبراهيم محمد لما قدمه لي من مساعدات كما اتوجه بالشكر والتقدير للسادة أعضاء لجنة المناقشة الذين سيكون لأرائهم السديدة وتوجيهاتهم القيمة الاثر الكبير في إغناء جوانب هذه الرسالة .

كما أتوجه بالشكر والتقدير الى لجنة الدراسات العليا لما قدموه من مساعدات وتسهيلات وتوجيهات لكتابة الرسالة وأخص منهم

الشكر والتقدير

بالذكر الدكتور البروفيسور أحمد توفيق الجنابي.كما أشكر المقوم اللغوي الدكتور عبد الستار صالح أحمد البناء على الملاحضات القيمة التي أبدأها.

وكما أتقدم بالشكر والتقدير الى الاساتذة الافاضل د.عامر محمد والحكم الدولي حيدر غازي و د.عبد الجبار عبد الرزاق ود.ديارمغديد ود.بحري ود.حامد ود.شريف و د.حسين وأشكر الاساتذة الافاضل الدكتور صفاء الدين طه والدكتورعارف محسن والدكتور وديع ياسين، د.محمد خضرأسمر والدكتورنبيل عادل فخري والدكتور عمار عبد الرحمن قبع والدكتور نشوان والدكتور رياض والدكتور ياسين طه الحجار لحرصهم ومتابعتهم لي أدعو الله أن يجازيهم خير الجزاء.شكروتقدير الى أساتذتي في الدراسات العليا وأشكر موظفي المكتبة والانترنيت في كليتنا.

شكروتقديرلزملائي في الدراسات العلياوهم (جنان، فلاح، آسو، إيفل، شمال، سامي، أحمد، فرهاد، ملوان، إسماعيل، عبدالله).

كما أشكرالاخ العزيزهاوديردلشاد لما قدمه لي من مساعدات ومصادرطيلة فترة الدراسة.وأشكر الاصدقاء الاعزاء سرتيب وغياث وسعد والاخ العزيز إحسان والاخ العزيز طالب الدكتوراه ديار عزالدين والاخ العزيز دريد زكي لما قدموه لي من تشجيع طيلة فترة الدراسة.وشكر وتقدير لفريق العمل المكون من السادة د.أحمد توفيق الجنابي والاخوة المدرسين صباح صالح،محمود مختار،ممتاز أحمد و به ريز ظاهر.

شكروتقدير لعينة البحث.وأشكر السادة المقومين والخبراء والمختصين وأشكر اللاعبين الدوليين زردشت عبد الرحمن وليث حبيب والمدرب كامران شهاب على تعاونهم معي ومساعدتهم لي خدمة لتطور رياضة الجمناستك وتقدمها.ويطيب لي أن أشكرالعائلة الكريمة أمي،زوجتي،اخواني، أخواتي الذين وقفوا بجانبي طيلة مدة الدراسة فجزاءهم الله عني خير الجزاء. شكر وتقدير للعم

الشكر والتقدير

العزيز ناظم والاخوان بيستون والدكتور سعيد لحرصهم علي ومتابعتهم لي وما قدموه لي من نصائح أدعوا الله لهم بالجنة انشاء الله.

كما يطيب لي أن أشكر الاخ العزيز أبوبكر إسماعيل والاخ العزيز د. عثمان والاخ العزيز د. نريمان والدكتور ألياس والدكتور عبدالحميد لما قدموه لي من تشجيع طيلة فترة الدراسة كما أشكر العم العزيز مختار والاخ العزيز د. سامي فائق العقراوي لحرصهم علي ومتابعتهم لي.

وفي الختام الله نسأل من فضله لكل من عمل أو شارك بقول او فعل في إتمام هذه الرسالة.

ومن الله التوفيق

منيب شهاب

الباب الأول



الباب الاول
مقدمة البحث وأهميته

مقدمة البحث وأهميته:

تعد التربية والتعليم محورين أساسيين يعتمد عليهما المجتمع بغية الاستمرار في التطوير والتقدم و إعداد الشباب لخدمة المجتمع ولا يأتي ذلك إلا عن طريق الدراسة والمتابعة.

وتعد كلية التربية الرياضية إحدى المؤسسات التربوية التي تقدم الخدمة للمجتمع شأنها شأن بقية المؤسسات التربوية الاخرى لما لها من دورٍ فعال في تطوير المجتمع إذ يساهم الباحثون في مجال التربية الرياضية في إجراء تغيرات وتطورات سريعة في الاختصاصات جميعها ولا سيما في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس وأصبحت الاتجاهات الحديثة لتعلم المهارة، إذ لايكون فقط للمعلم دور في تعليم المهارة إنما يعطي دوراً للمتعلم أيضاً في العملية التعليمية وذلك من خلال الاساليب التي تجعل من دورالطالب فيها، إذ يقوم بعمليات الاستكشاف والتقصي والبحث والتصور لاجزاء المهارة، لذا فان التعلم الذاتي يعد من الاساليب التربوية التي دعت اليها متطلبات العصر.

ويؤكد المربون اهمية الدور الذي يقوم به المدرس في تحقيق هدف التعلم الذاتي مع طلاب التربية الرياضية اذ لا يمكن ان يستخدم المدرس اساليب التعلم الذاتي الا اذا كان على علمٍ تام بها و مقتنعاً بفائدتها واهميتها، كما ان للتعلم الذاتي اهمية كونه اسلوباً من اساليب التعلم في اعداد المتعلم كي يغدو مدرساً في المستقبل ذلك ان ممارسة هذا الاسلوب اثناء عملية الاعداد من شأنها ان تتيح الفرصة امام الطالب لممارسة هذا الاسلوب مع طلابه، كما اثبتت البحوث المعاصرة فاعلية التعلم الذاتي في إعداد المتعلم وتدريبه على مستوى مرحلتي التعليم الجامعي وما بعدها.[1]

---

(1) داود عزيز حنا:"دراسات وقرآءات نفسية وتربوية "ج2:(القاهرة،مكتبة الانجلو المصرية،1987) ص67 .

إن التعلم الذاتي مبدأ في التعليم يراعي سيكولوجية المتعلم من خلال النظر بأهميته الى قدرات المتعلم واستعداداته وإمكاناته وسرعته في التعلم، وبذلك يوفر اشكالاً مختلفة لمحتوى التعلم ويقدمها باساليب متعددة ليختار منها المتعلم ما يناسبه ويحقق افضل مستوى للتعلم.[1]

ولقد تعددت اساليب التعلم الذاتي في الآونة الاخيرة بشكل كبير منها التعليم المبرمج، الحقيبة التعليمية التعليم بالحاسوب الالي، الاكتشاف الموجه.[2]

ولقد ازداد الاهتمام باسلوب التعلم بالاكتشاف الموجه بعد ظهورأفكار كل من روسوفرويل - وبستالوزي التي تؤكد ضرورة جعل المتعلم مركزاهتمام التعلم والتعليم.[3]

إن اسلوب الاكتشاف الموجه يتمثل بتقديم المادة التعليمية للمتعلمين بشكل أسئلة مع تشجيع المتعلمين على تنظيمها أو إكمالها أو الاجابة عنها .فهي تتضمن إكتشاف العلاقات القائمة بين المعلومات،وأخيراً فان الميزة الاساسية للأكتشاف هوإثارة المتعلم وتوجيه، ووظيفة المعلم توجيه العملية التعليمية باستخدام الأسئلة المثيرة للحصول على معارف معينة يحتاجها المتعلم. كما تبطت الطريقة الإكتشافية بالتجريب العلمي في المختبرات وباسلوب حل المشكلات[4].

---

(1) منير جرجيس ابراهيم ؛ "كرة اليد للجميع "،ط1:(القاهرة،دار الفكر العربي، 1990)، ص128.

(2) محمودعباس؛ "التعلم الذاتي بين الفكر والتطبيق" دراسة تحليلية لآراء معلمي المرحلتين الاعدادية والثانوية في سلطنة عمان، ط1:(عمان وزارة التربية والتعليم، لجنة التوثيق والنشر،1993) ص43.

(3) محمد مجيد مهدي؛"المناهج وتطبيقاتها التربوية"(العراق،دارالكتب للطباعة،جامعة الموصل1990) ص80

(4) أمل فتاح زيدان ؛ "دراسة مقارنة لاثر إستخدام اسلوبين في الاستقصاء على التحصيل والاحتفاظ بالمعلومات في مادة العلوم"،رسالة ماجستير (كلية التربية جامعة الموصل 1992، ص21.)

وكما يرتبط بإسلوب الاستقصاء،وجاء هذا الارتباط على أساس أن المتعلم هو محورالعملية التعليمية فهو يكتشف حل المشكلة بالتجريب والمحاولة.(1)

ويشير (اللقاني 1989) الى ان التعلم بالاكتشاف اسلوب خاص للتعليم لا يعطي فيه المتعلمون خبرات التعلم كاملة بل تهيئ خلاله الفرصة للمتعلم التعامل مع مهارات التعلم المتاحة ومصادرها التي تمكنهم من الملاحظة وجمع المعلومات ورصد الحقائق بانفسهم، وربط النتائج باسبابها بقصد التوصل الى ادلة ومقارنته بعضها بالبعض وصولاً الى المهارات والمبادىء العامة.(2)

ويقول (Polya 1965) إن أفضل سبيل لتعلم أية مهارة هو أن تكتشفه بنفسك" (3) ويشارك فهريوليا هذا الرأي بقوله ان أحسن أنواع التعلم هومايكتشفه الطالب بنفسه (4)

ويؤكد (المغيرة 1998)على إن المهارة التي يكتشفها المتعلم بنفسه او في الاقل يكون قد شارك في اكتشافها ستكون ذات قيمة خاصة لديه لذلك ستزداد ثقته بنفسه وسيندفع اكثر نحو التعلم مما هو عليه ويستمر في تعلمها اعتماداً على نفسه في عملية التعلم.(5)

---

(1) إبراهيم القاعود ؛"المعاصر في طرائق تدريس الدراسات الاجتماعية"، دراسة ميدانية، ط1:(أربد،مركز الفرقان، جامعة اليرموك1986)، ص112.

(2) أحمد حسين وفارعة حسن محمد ؛ "التدريس الفعال " ط1:(القاهرة،عالم الكتب 1989).ص116

(3)Polya,.g methematicaldiscovery under standing learning and teaching problemsolving.2 ,john wiley 1965,p 103

(4) فهر بوليا؛"تدريس الرياضيات في المدرسة الثانوية"،ط1: ترجمة لبيب جورجي (القاهرة،دار القلم، 1993)، ص19.

(5) عبدالله بن عثمان ؛ "طرق تدريس الرياظيات " ط1:(الرياض. جامعة ملك سعود1989).ص74

ويعد الجمناستك من بين ميادين المعرفة في كليات التربية الرياضية وأقسامها التي لايقتصر اهداف تدريسه على الجانب المعرفي والحركي فقط بل يتجاوز ذلك الى تنمية القدرات الذاتية والعقلية لدى الطلبة مثل التقصي والاكتشاف والتنظيم وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس. ويمكن النظر في أهمية البحث كونه يسهم في:

1) تزويد مدرس التربية الرياضية باسلوب من أساليب التعلم الذاتي وهواسلوب الإكتشاف الموجه الذي قد يساعدهم في زيادة إكتساب الطلبة للمهارات الحركية والاحتفاظ بها في درس الجمناستك.
2) قد يعين طلاب عينة البحث في إكتساب المهارات الحركية قيد البحث على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي من خلال الإكتشاف والمناقشة وما يتوفر لديهم من معلومات تخص المهارات الجديدة.
3) يسهم البحث الحالي في تطوير أساليب التعلم لما ينادي به المربون في الوقت الحاضر من ضرورة تقديم المهارات الحركية باسلوب يؤكد على تفعيل الدور الإيجابي للطالب في العملية التعليمية.

الباب الثاني



مشكلة البحث

الباب الثاني
مشكلة البحث

2-1 مشكلة البحث:

يقاس مستوى تطور أية مهارة رياضية من خلال مستوى الاداء الفني المميز لها والذي يرتبط بمستوى فاعلية طريقة التعليم ومستوى التعلم للأفراد الذين يمارسون هذه المهارة وإنطلاقاً من حقيقة أن الاساليب التقليدية لم تعد تواكب متطلبات العملية التعليمية في وقتنا الحاضر، لان المدرس لم يعد يمثل السلطة العليا الذي يقرر كل شيء والطالب لم يعد يمثل الجانب السلبي في التعليم بحيث ينحصر دوره في إتباع الاوامر فقط،لذا لابد من زيادة ثقة الطالب بقدرته على تحمل المسؤلية في العملية التعلمية.

ومن خلال اطلاع الباحث على مفردات درس مادة الجمناستك للمرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية- جامعة صلاح الدين ومن خلال مشاهدته تطبيقيا لتعليم المهارات الحركية في الجمناستك لاحظ ان هناك قلة الاهتمام ببعض أساليب التعلم المستخدمة في تفعيل دور الطالب ومنها الاكتشاف الموجه في تعلم المهارات الحركية فضلا عن الموقف السلبي للطالب في عدم مشاركته في الدرس.

ومن هنا يسعى البحث الى التحقق تجريبياً من فاعلية استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في الاكتساب والاحتفظ لبعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في مادة الجمناستك من خلال مراعات امكانية كل متعلم للتقدم في تعلم المهارة على وفق سرعته الخاصة ووفق قدراته باستخدام انشطة وفعاليات متعددة وهذا مادفع بالباحث الى تجاوز التصورات السلبية الموجودة لدى بعض المعلمين حول صعوبة تطبيق هذا الاسلوب وعدم امكانية تنفيذه والتقيد باستخدام الاساليب التقليدية في تعلم المهارات الاساسية بالجمناستك وعليه فقد تمت صياغة مشكلة البحث في السؤال الاتي:

ماهو تأثير إستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في اكتساب واحتفاظ بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك؟

2-2 اهداف البحث:

يهدف البحث الى الكشف عن ما يأتي:

1) تأثير اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في اكتساب بعض المهارات الحركية على جهازي بساط حركات الارضية والمتوازي في الجمناستك.
2) الفروق بين اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في الاختبار البعدي لبعض المهارات الحركية على جهازي بساط حركات الارضية والمتوازي في الجمناستك.
3) الفروق بين اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في إحتفاظ بعض المهارات الحركية على جهاز بساط حركات الارضية والمتوازي في الجمناستك.

3-2 فروض البحث:

افترض البحث ما يأتي :

1) هناك تأثير لاسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في تعلم بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك.
2) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في الاختبارالبعدي لبعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الأرضية والمتوازي في الجمناستك.
3) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في الاحتفاظ لبعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك.

2-5 مجالات البحث:

1) المجال البشري:طلاب السنة الدراسية الثالثة /كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين/أربيل.
2) المجال الزماني: الفترة (2008/3/26 ولغاية 2008/5/26)
3) المجال المكاني: قاعة الشهيد د. شاخه وان مجيد للجمناستك في كلية التربية الرياضية /جامعة صلاح الدين /أربيل

2-6 تحديد بالمصطلحات:

2-6-1 التعلم الذاتي:

1) عرفه(بافلوف 1977) بأنه محاولة الفرد القيام بسلوك واع ومنظم الغرض منه الارتقاء بشخصية الفرد تحت الاشراف والتوجيه.[1]
2) عرفه(منصور 1983)بأنه التعلم الذي يوجه الى كل فرد وفقا لميوله وسرعته الذاتية وخصائصه بطريقة مقصودة ومنهجية منظمة.[2]
3) عرفه(بشارة 1985) بانه مجموعة من العمليات التي تساعد على تحسين التعلم عن طريق تأكيد ذاتيات أفراد المتعلمين من خلال برامج تعليمية مقننة تعمل على خلق اتجاهات ومهارات ضرورية لدى المعلمين والمتعلمين على السواء.[3]

---

(1) أحمد حامد ؛ "التعلم الذاتي وكيفية إعداد برنامج تعليمي يحققه "، مجلة تكنولوجيا التعليم، العدد الثاني عشر (الكويت، جامعة الكويت 1998)، ص25.

(2) نفس المصدر، ص 26.

(3) بشارة سالمة؛ "التعلم الذاتي وأهميته في تطوير العملية التعليمية"،مجلة المعلم العربي،العدد الاول (الخليج العربي 1985)، ص127

ويعرفه الباحث إجرائياً: بانه وحدة تعليمية تسمح للمتعلم بالتعلم الذاتي حسب سرعته وقدراته لتحقيق أهداف تعليمية محددة.

2-6-2 الاكتشاف الموجه:

عرفه(sand & carin 1975) بأنه الاسلوب الذي يعمل فيه المعلم على تزويد تلاميذه بنشاط يؤدونه خطوة خطوة فالمعلم يخطط المشكلة ويعطي المواد والمعدات المطلوبة ويشجع التلاميذ على القيام بتوضيح الدرس بانفسهم.[1]

يعرفه الباحث إجرائياً بأنه: اسلوب تدريسي يجعل من نشاط المتعلم وإيجابيته العامل الرئيس في العملية التعليمية ويعتمدعلى إستخدام مجموعة من الانشطة تساعده على أن يمارس عملية تعلمه بنفسه.

3-6-2 الاحتفاظ:

1) عرفه(فرويد،1979) بأن الاحتفاظ مقدار ماأمكن الاحتفاظ به من معلومات في حيز الذاكرة وتقاس درجتها بنسب مؤية للتعرف على درجتها وقدرتها في الذاكرة.[2]

2) عرفه (مؤمني، 1986) بأنه: "بقاء الاثر في الدماغ مدة من الزمن إذ انه كلما بقي الاثر فترة أطول من الزمن كلما كان تذكرنا للخبرة التي تركت الاثر الاحسن"[3]

---

(1)Sand,Robert ,and arther –a-carin "teacher scince through discovery "chio:o.e herrill (1975) p 111.

(2) سيجموند فرويد وآخرون؛ "الذاكرة "(ترجمة)مصطفى غالب،(بيروت،مكتب الهلال 1979).ص62

(3) ماجد احمد؛ "التذكر والنسيان "مجلة التربية، العدد80، (اللجنة الوطنية للتربية والثقافة والعلوم1986)، ص73.

ويعرفه الباحث اجرائياً:

بانه قدرة الطالب على استرجاع المهارات في الحركات الرياضية التي تلقاها في العملية التعليمية في الجمناستك وذلك بعد فترة زمنية محددة من عملية التعليم .

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

2-1 الدراسات النظرية.

2-1-1 التعلم الذاتي.

2-1-1-1 مفهوم التعلم الذاتي :

يعد التعلم الذاتي من الموضوعات التي نالت رعاية خاصة من التربويين المهتمين بتعديل اساليب التعلم وتحسينها انطلاقا من ضرورة ان يحقق المتعلمون عملية تعلمهم بأنفسهم، اذ ان التعلم يحدث بطريقة أفضل عندما يتعلم كل فرد على وفق قدراته الخاصة.كما يزداد تفعيل دور التعلم عندما يتصل بدافعية المتعلم وإيجابيته على أداء أعمال بعينها ويحقق نجاحات فيها.

وعليه فان التعلم الذاتي من أساليب التعلم الفاعلة بالنسبة للمتعلمين، لانه يعطيهم قدرا من الحرية حتى ينطلقوا في عملية التعلم كل بحسب سرعته وبحسب رغبته فيما يتعلمه.ويعرف مجدي عزيز التعلم الذاتي بأنه "عبارة عن نظام تعليمي تم تصميمه بطريقة منهجية تسمح بمراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين داخل إطار جماعة التعليم وذلك بغرض ان تصل نسبة كبيرة منهم (90٪ او أكثر) إلى مستوى واحد من الإتقان كل بحسب المعدل الذي يتناسب مع قدراته واستعداداته.[1]

---

(1) مجدي عزيز إبراهيم"موسوعةالتدريس"، ج2، (مصر، دار النشر والتوزيع الطباعة، 2004)،ص829.

إن التعلم الذي يؤول إلى تعديل سلوك الفرد تعزيزٌ لهذا السلوك، او عدولٌ عنه، او اكتساب سلوك جديد، يمكن أن يكون فرديا ذاتيا، فحين تنشأ لدى المرء حاجة تستطيع تحريك دوافعه لتحقيقها، نجده ينشط ويتعلم سعيا لتحقيق ما يهدف اليه، ومن هنا يكون التعلم نشاطا يقوم به الفرد مستمدا حركته ووجهته من دافعية وحاجة لديه.(1)

فيما أشار (ملحم، 2000) إلى أنه اسلوب يقوم فيه الفرد بالمرور بنفسه على المواقف التعليمية المختلفة لاكتساب المعلومات والمهارات إذ ينتقل محور الاهتمام من المعلم إلى المتعلم الذي يقرر متى يبدأ ومتى ينتهي واي الوسائل والبدائل يختار، ومن ثم يصبح مسؤولا عن تعلمه وعن النتائج والقرارات التي يتخذها ".(2)

2-1-1-2 المبادئ الأساسية للتعلم الذاتي:(3)

تقوم عملية التعليم الذاتي على مبدأ أن كل طالب يمكنه الوصول إلى الأهداف المناسبة عندما يتوفر له التعلم المناسب الذي يشمل المعارف والمهارات. وينصب الاهتمام بذلك على اختيار الأهداف المناسبة وعلى تصميم مواقف يمكن للمُستفيدين استخدامها لتحقيق الأهداف وبذلك يكونون محور العملية ونتاجها

(1) محمدمحمودالحيلة؛"طرائق التدريس وإستراتيجياته"ط1:(الامارات، دار الكتب الجامعي،2001)، ص279.

(2) سامي محمد؛"مناهج البحث في التربية وعلم النفس "،ط1: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة،عمان،الاردن 2000 ص426 -427.

(3) اساليب التعلم الحديثة.منتديات التربيةوالتعليم(2007)

www.moudir.com/vb/showthread.php?t=908

وفيما يأتي عرض لبعض المبادئ الأساسية التي ينبغي أن تتوفر في برامج التعلم الذاتي وهي:

1) يجب أن تحدد بوضوح وبصفة مكتوبة أمور ثلاثة تتعلق بموضوع التعلم:

أ. تحديد الأهداف الرئيسة التي نريد تحقيقها.

ب. تحديد الأهداف السلوكية.

ج. تحديد مستويات الأداء

2) ايجابية الطالب: تؤكد أساليب التعليم بأشكالها المختلفة ضرورة توافر عامل مهم في العملية التعليمة وهو تفاعل الطالب بطريقة ايجابية مع كل خبرة أو موقف يواجهه ويمر به وبذلك يكون للطالب دور ايجابي في الحصول على المعرفة.

3) التغذية الراجعة الفورية: التي تيسر للطالب معرفة إجابته الصحيحة عن كل نشاط يقوم به قدر أدائه وقبل الانتقال إلى الخطوة التالية.

4) مراعاة الفروق الفردية: أكدت نتائج الدراسات النفسية والتربوية على أنّ الأفراد وان تساوت أعمارهم، مختلفون فيما بينهم في قدراتهم واستعداداتهم واستيعابهم.

5) استمرارية التقويم وشموليته: تهتم أساليب التعلم الذاتي بأساليب تقويم إنجازات الطلبة على حدة، حسب أهدافها التعليمية على وفق المعايير الخاصة بها.

6) تقسيم المهمات التعليمية: تؤكد أساليب التعلم الذاتي على أهمية استخدام المهمات التعليمية، ومن هنا نقسم المهمة المراد تعلمها إلى مكوناتها الاساسة والفرعية.

2-1-1-3 اهمية التعلم الذاتي:[1]

تعد التعلم الذاتي من الامور الاساسية والجوهرية في إكتساب القدرات المعرفية والميدانية في لعبة الجمناستك وان أهمية التعلم الذاتي تكمن في:

أ) يلقى التعلم الذاتي إهتماما كبيرا من علماء النفس والتربية، بوصفه من أفضل أساليب التعلم.

ب) يحقق لكل متعلم تعلما يتناسب مع قدراته وسرعته الذاتية ويعتمد على دافعيته للتعلم.

ج) يأخذ المتعلم دورا ايجابيا ونشيطا وفعالاً في التعلم.

د) يمكن التعلم الذاتي المتعلم من اتقان المهارات الأساسية اللازمة لمواصلة تعليم نفسه بنفسه.

ه) اعداد الطلبة للمستقبل وتعويدهم تحمل مسؤولية تعلمهم بأنفسهم.

2-1-1-4 مميزات التعلم الذاتي:

التعلم الذاتي اتجاه حديث في التعليم وهو يتبع منحنى النظم في تخطيط البرامج التعليمية ويتوجه نحو الطالب المتعلم الذي يشكل محور العملية التعليمية ويركزعلى التعلم الذاتي وعلى إتقان التعلم ويفعل من دورالطالب ويعطي دورا للمعلم فهو المرشد والمسير والمنسق لمصادر التعلم والمنشط والموجه للمتعلم في جهوده التعليمية. ويلحظ الفروق الفردية بين المتعلمين في اثناء وضع البرامج والنظم التعليمية.

إنّ التعلم الذاتي يهدف إلى تطوير التعليم وتكيفه، وعرض المعلومات بتشكيلات مختلفة تتيح للمتعلم حرية اختيار النشاط الذي يناسبه والاستعانة

---

(1) سهيلة محسن الفتلاوي؛"تفريد التعليم في إعداد وتأهيل المعلم "انموذج في القياس والتقويم التربوي ط1:(عمان-الاردن دار الشروق للنشر 2004)، ص 115.

بذاكرته المعرفية السابقة، وسرعة تعلمه، ونمط تعلمه بهدف تحقيق الأهداف المرغوب فيها وصولاً إلى الإتقان، و بإشراف محدود من المعلم". [1]

5-1-1-2 سلبيات التعلم الذاتي: [2]

لا يخلو أي نظام تعليمي من مزايا وعيوب، والتعلم الذاتي نظام له جوانب قوة، وله جوانب ضعف، ومن هذه الجوانب: إنه لا يلائم طلبة المرحلة الأساسية الدنيا وصعب على الطلبة الضعفاء في القراءة، وغير ملائم للطلبة الذين لا يتبعون الإرشادات والتوجيهات والبطيئي التعلم لأنهم يحتاجون إلى المساعدة دوما والتعلم الذاتي يحتاج الى الدراسة الذاتية. ويحتاج إلى إعداد جيد والإمكانات المادية، كمايحتاج إلى تدريب المعلمين،فالمعلمون بخصائصهم الحالية غير قادرين على تنفيذ برامج التعلم الذاتي دون إعداد وتدريب.

---

(1) محمدمحمود ؛ "طرائق التدريس واستراتيجياته "ط1: (العين، الامارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعي، 2001)، ص212 .

(2) توفيق احمد ومحمد محمود ؛" تفريد التعلم" ط1:(عمان، الاردن، دارالفكرللطباعة والنشروالتوزيع، 1998)، ص 43-44.

2-1-1-6 مقارنة بين التعلم التقليدي والتعلم الذاتي: [1]

يمكن تحديد أوجه الاختلاف بين التعلم التقليدي والذاتي من خلال المقارنة في المجالات الاتية

ت	مجال المقارنة	التعلم التقليدي	التعلم الذاتي
1	المتعلم	متلق سلبي	محور فعال في التعلم
2	المعلم	ملقن	يشجع على الابتكار و الإبداع
3	الطرائق	واحدة لكل المتعلمين	متنوعة تناسب الفروق الفردية
4	الوسائل	سمعية،بصرية،لكل المتعلمين	متعددة ومتنوعة
5	الهدف	وسيلة لعمليات ومتطلبات	تفاعل مع العصر والهيئة
6	التقويم	يقوم به المعلم	يقوم به المتعلم

(1) اساليب التعلم الحديثة. منتديات التربية والتعليم ، (2007).أنت

2-1-2 الاكتشاف الموجه:

1-2-1-2 مفهوم الاكتشاف الموجه:

خلق الله تعالى الانسان وغرس داخله نزعة البحث عما يحدث من حوله ولولا هذه النزعة ما وصلت اليه البشرية الى ما عليه من تقدم و رقي ورفاهية. فالانسان القديم من خلال بحثه عن مصادر الطاقة إكتشف أن إحتكاك أي حجرين قد يحدث شرارة (ناراً)، وقد استخدمها الانسان كمصدر من مصادر الطاقة الضرورية التي يحتاج اليها ليستمر بقاؤه.وهكذا توالت الاختراعات والاكتشافات بما يتوافق مع ضروف كل عصر ومتطلباته .إذن فالاكتشاف سمة من السمات التي ميز الله الانسان بها عن سائرالكائنات الحية الاخرى فالاكتشافات كانت وستكون طالما لم تقم الساعة بعد [1]

إن التعلم باسلوب الاكتشاف الموجه يهتم بالوسائل والطرق التي يسلكها الانسان مستخدمامصادره العقلية والجسمية ليصل الى معرفة جديدة أو ليحقق أمراً لم تكن له معرفة به من قبل. لذا فان التعلم بالاكتشاف الموجه هو التعلم الذي يتحقق نتيجةلعمليات ذهنية إنتقائية عالية المستوى،يتم عن طريقها تحليل المعلومات المعطاة، ثم إعادة تركيبها وتحويلها الى صور جديدة بهدف الوصول الى معلومات وإستنتاجات غير معروفة من قبل.وتجدر الاشارة الى أن عمليات الاستقراء أو الاستنباط أو المشاهدة أو الاستكمال هي العمليات التي يستخدمها المتعلم كي يقوم بتخمين ذكي،أو يضع فرصاً صحيحاً، أويحقق حقيقة علمية. ويتطلب التعلم بالاكتشاف الموجه قيام كل من المعلم والمتعلم بأنشطة محددة، تسهم في الوصول

(1) مجدي عزيز إبراهيم؛إستراتيجيات التعليم واساليب التعلم،ط1:(المصر ،مكتبة انجلو، 2004).ص 306

الى الاكتشافات التي تم تحقيقهاوفي هذه الطريقة يقوم التلميذ باكتشاف العلاقة التي تربط بين المتغيرات أو إكتشاف القاعدة التي يقوم عليها الحل [1]

وتهتم هذه الطريقة بالنشاط العقلي الذي يحتاج الى تفسير لمعنى عبارة النشاط العقلي أوتحديد المكونات التي تشكل هذا النشاط الانساني المميز ومن أهم قدرات هذا النشاط القدرة على البحث والمقارنة والقدرة على أتخاذ القرار والقدرة على الابتكار والاكتشاف. [2]

وقد أوضحت كتابات متعددة أن اسلوب التعلم بالاكتشاف الموجه يتيح أمام المتعلم خبرات متنوعة تساعده على إستنتاج الحقائق والتعميمات العلمية وتسهم في إكسابه مهارات تكون أكثر سهولة في إنتقال أثرها الى أنشطة ومواقف تعلم جديدة.

وذلك مقارنة بالمهارات التي يتم إكتسابها بإستخدام طرق التعليم التقليدية.كذلك أظهرت تلك الكتابات الىأن التعليم باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه يكسب المتعلم إتجاهات إيجابية نحو دراسة المقررات المختلفة.[3]

---

(1) وليد أحمد جابر :"طرق التدريس العامة "،ط2: (الاردن، 2005). ص 212

(2) مروان عبد المجيد إبراهيم وضياء حسن بلال:" إتجاهات حديثة في طرق تدريس التربية الرياضية" الطبعة الاولى الاردن 2001 ص 227

(3) مجدي عزيز إبراهيم:" استراتيجيات التعليم وأساليب التعلم " ط1 (مكتبة أنجلوالمصرية،2004) ص299

2-1-2-2 خصائص التعلم باسلوب الاكتشاف الموجه:

يمكن إيجاز خصائص التعلم باسلوب الاكتشاف الموجه بما يأتي:[1]

1) يسهم في زيادة الفاعلية الذهنية للتلميذ لانه يقتضي منه الاشتراك الفعلي في العمليات العقلية المتضمنة وبهذا يتيح لعقله الفرصة للتعلم والنمو.
2) يوفر للمتعلم الدوافع الخارجية للتعلم فضلاً عن الدوافع لداخلية،فالمشكلة التي يواجهها التلميذ تتمثل الدافع الخارجي بينما نجاحه في الاكتشاف وحل المشكلة يجعله يشعر باشباعٍ ذاتي اخلي مما يدفعه الى المزيد من التعلم.
3) ينمي مفهوم الذات لدى التلميذ،أي يعرف التلميذ بقدراته الخاصة وإمكاناته وذلك من خلال مشاركة التلميذ في الانشطة الكشفية وممارسته لعمليات التفكيرالامر الذي يشعر التلميذ بقدرته على التفكير والعمل فيشعر بالأمان النفسي مما يعمل على تحسين صحته النفسية ويحفزه على أداء المزيد من الأعمال كلما اتيحت له الفرصة في ذلك.
4) يزيد من مستوى الطموح لدى التلميذ، ذلك أن الخبرات التي يتيحها هذا الاسلوب للتلاميذ تضمن تفكيراً ذاتياً مستقلاًيؤدي الى التوصل الى طرق ومعلومات جديدة مما يشعر التلميذ بقيمة قدراته ومواهبه البحثية ويزيد طموحه في تحقيق المزيد من تلك الخبرات الناجحة.
5) ينمي القدرات الكامنة (المواهب) فعندما يعمل التلميذ مع مجموعة من زملاءه لبحث مشكلة من المشكلات فإن ذلك قد يسهم في تنمية قدرات كثيرة مثل التنظيم والاتصال الاجتماعي والابتكار هذا الى جانب القدرات الاكاديمية المطلوبة.

---

(1) عبدالله محمد خطايبة ؛" تعليم العلوم للجميع" ط 1:(الاردن،دار المسيرة،2005)ص 408.

6) يجعل من التلميذ محوراً لعملية التعلم إذ تتاح له الفرصة للاشتراك بنفسه في أنواع تعليمية نشطة التي تسهم في إيجاد فرد يؤدي وضيفته بصورة جيدة، ويتعلم التوجيه الذاتي وتحمل المسؤلية وكيفية التعامل مع الآخرين،فضلاً عن تعلمه للحقائق و المفاهيم وممبادئها العلمية.

7) يتجنب التعلم على المستوى اللفظي فقط لانه يركزعلى إشتراك التلاميذ في صياغة المشكلات في ضوء فهمهم لها ووصف إجراءات المصطلحات بطريقة إجرائية وتحديدها.

8) يجعل من التلميذ محوراً لعملية التعلم بحيث يقوم بالدور الاساسي في توجيه عملية التعلم وضبطها.

9) يؤكد على عمليات التعلم في المقام الاول ويأتي المحتوى المعرفي في المرتبة الثانية بحيث يخدم الانشطة العلمية.

10) يتم التدريس من أجل إكساب التلاميذمهارات عمليات التعلم بحيث تكون هذه المهارات متناسقة مع مستوى نموها.

11) يعتمد على موضوعات متعلقة بالبيئة إذ يحفز التلاميذ على الاستقصاء المنتج والمشاركة في عملية التعليم.

3-2-1-2 الاغراض التعليمية لاسلوب التعلم بالاكتشاف الموجه ومميزاتها:

تمثل الاغراض التعليمية لطريقة التعلم بالاكتشاف الموجه فيما يأتي:[1]

- تزويدالطلاب بالفرص المناسبة للتفكيرالمستقل والحصول على المعرفة بأنفسهم.
- مساعدة الطلاب على إكتشاف معنى الشيء الذي يتم التوصل اليه، إذ أنهم يروا بأنفسهم ولأنفسهم كيف تمت صياغة المعرفة وتشكيلها، عن طريق جمع البيانات وتنظيمها وتناولها أو معالجتها.

---

(1) مجدي عزيز إبراهيم ؛ إستراتيجيات التعليم وأساليب التعلم،ط1: (مصر، 2004) ص 303

- تنمية مهارات التفكير العليا عند الطلاب مثل التحليل والتركيب والتقويم.

4-2-1-2 مميزات اسلوب التعلم بالاكتشاف الموجه: [1]

1) زيادة القدرات العقلية الكلية للمتعلم فيصبح قادراً على النقد والتوقع والتصنيف ورؤية العلاقات والتمييزبين المعلومات التي تمت بصلة أولاصلة بالموقف التعليمي.
2) تنمية اسلوب التفكير العلمي والاستقصاء والبحث وحل المشكلات عندالمتعلمين.
3) إستمرار خبرات الاكتشاف مع المتعلمين طوال حياتهم.
4) قابلية أن يكون للمعلومات التي يتم إكتشافها للفهم؛لأنها تكون ذات معنى بالنسبة للمتعلمين.
5) إمكانتية تحقيق الربط الصحيح بين المعلومات التي يتم إكتشافها والمعلومات السابقة في بنية المتعلمين المعرفية، لذلك يكون أثرها أكثر بقاءً في أذهانهم ولا ينسونها بسرعة، ويمكنهم إسترجاعها بسهولة كما يمكنهم نقل أثر تعلمهم للمعلومات التي يكتشفوها بيسر الى مجالات تعليمية تعلمية اخرى.
6) زيادة إمكانات المتعلمين على الفهم والتحليل والتركيب، كذلك القيام بعمليات تقويم المعلومات بطريقة عقلانية.
7) تعلم أساليب صياغة الأسئلة بطريقة واضحة وغير غامضة،كذلك تعلم إستخدام تلك الأسئلة في تحقيق إكتشافات جديدة.
8) زيادة دافعية المتعلمين للتعلم وتفجير طاقاتهم الكامنة لأجل تحقيق المزيد من الاكتشاف.
9) إثارة حماسة المتعلمين للمشاركة الفعالة في إكتشاف المعلومات بأنفسهم لان ذلك يساعدهم على الاستقلالية والاعتماد على النفس والثقة بها.

---

(1) مجدي عزيز إبراهيم ؛(المصدرالسابق) ص307 .

10) إستخدام التجريب والادوات التعليمية المحسوسة في التعلم بالاكتشاف يضمن تحقيق مردودات تربوية إيجابية .

11) التعلم بالاكتشاف طريقة تناسب مستويات المتعلمين المختلفة سواءً كانوا من الموهوبين، أم من العاديين أم من بطيء التعلم.

5-2-1-2 أهداف اسلوب الاكتشاف الموجه: [1]

1) إشغال التلميذ بعملية معينة التي تؤدي الى الإكتشاف(عملية التطابق).
2) إيجاد علاقة دقيقة بين الاستجابة المكتشفة من قبل التلميذ والحافز(السؤال) الذي يعطيه المعلم.
3) تطوير القابلية على إكتشاف أشياء متتالية تقود الى إكتشاف فكرة معينة.
4) تطويرالقابليةعلى الصبرمن قبل كل من المعلم والتلميذ الذي يعد من متطلبات عملية الإكتشاف.

6-2-1-2 أنواع الإكتشاف:

هناك عدة طرق لهذا النوع من التعلم بحسب مقدار التوجيه الذي يقدمه المعلم للمتعلمين.

1. الإكتشاف الموجه:

وفيه يزود المتعلمين بتعليمات تكفي لضمان حصولهم على خبرة قيمة، وذلك يضمن نجاحهم في إستخدام قدراتهم العقلية لإكتشاف المفاهيم والمبادئ العلمية ويشترط أن يدرك المتعلمون الغرض من كل خطوة من خطوات الإكتشاف

---

(1) جمال صالح حسن وآخران :تدريس التربية الرياضية ترجمة.ط1:(جامعة بغداد،دار الكتب للطباعة والنشر 1991).ص274

2. الإكتشاف الشبه الموجه:

وفيه يقدم المعلم المشكلة للمتعلمين ومعها بعض التوجيهات العامة بحيث لايقيده ولايحرمه من فرص النشاط العملي العقلي، ويعطي المتعلمين بعض التوجيهات.

3. الإكتشاف الحر:

وهو أرقى أنواع الإكتشاف ولا يجوز ان يخوض به المتعلمين إلا بعد أن يكونوا قد مارسو النوعين السابقين، وفيه يواجه المتعلمون بمشكلة محددة، ثم يطلب منهم الوصول الى حل لها ويترك لهم حرية صياغة الفروض وتصميم التجارب وتنفيذها.

2-1-3 لعبة الجمناستك:

تعد لعبة الجمناستك اسلوب الحياة واسلوب التعامل مع الآخر، وليس حركات قفز ورشاقة فقط، فشعار لاعبي الجمناستك هو المحبة والتعاون والشجاعة والجرأة والصدق والاخلاص.[1]

ويقسم الجمناستك الى انواع:

1) جمناستك الالعاب (الاطفال):

يهدف هذا النوع من الجمناستك تعويد الاطفال على الاجهزة إذ يناسب اطفال المرحلة السنية من سن (4-6)سنوات كما يهدف الى التطور بالطفل عن طريق التدرج في إستخدام الاجهزة فضلاً عن تعويد الاطفال العادات الصحية السليمة التي تساعد في النمو الشامل المتزن.

---

(1) يوركن لايرش ؛الأسس النظرية في الجمناستك،ط1: (بغداد،مطبعة دار السلام،1979)، ص7.

2) جمناستك الموانع:

يهدف هذا النوع الى إكساب الممارس عناصر اللياقة البدنية، حيث يناسب الاطفال في المرحلة السنية من سن (6-12)سنة أي المرحلة الابتدائية، كما يعتبر من أهم الانواع كونها وسيلة تمهيدية لجمناستك الاجهزة ويستخدم عادة كمسابقات بين أفراد ومجموعات متكافئة لهذا يجب مراعاة التدرج السليم في الأداء.

3) جمناستك الاجهزة:

يعد جمناستك الاجهزة أساس الاعداد للبطولات والمنافسات،كما يعد المدخل لتحقيق إعلى المستويات في رياضة الجمناستك،لذلك يجب أن تكون طبيعة التعليم من المتعلم والمدرب متطابقة مع المبادئ التعليمية السليمة والخاضعة للاسس العلمية.

4) جمناستك البطولات:

يعد جمناستك البطولات أرقى أنواع الجمناستك السابقة، وحتى يصل اللاعب الى هذا النوع لابد من ممارسته للانواع السابقة وتقام فيه البطولات المحلية والدولية والعالمية[1]. إن مفهوم رياضة الجمناستك تعني الاستعداد الحركي للقيام بأداءالحركات الرياضية على الاجهزة الاولمبية الستة بالنسبة للرجال وهي:[2]

---

(1) يوركن لايرش ؛الأسس النظرية في الجمناستك، نفس المصدر، ص 11.

(2) عبد المنعم سليمان برهم ؛ موسوعة الجمباز العصرية ط1:(عمان الاردن،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع،1995)، ص29-33.

1. جهاز بساط الحركات الارضية.
2. جهاز الحلق.
3. جهاز حصان المقابض.
4. جهاز العقلة.
5. جهاز المتوازي.
6. جهاز حصان القفز.

2-1-4 المهارة الحركية :

2-1-4-1 ماهية المهارة الحركية:

تشكل الحركات جانباً مهماً في حياتنا اليومية بعضها حركات موروثة وبعضها حركات مكتسبة كتلك التي نستخدمها في الانشطة الرياضية على شكل مهارات التي تتطلب الكثير من التدريب والخبرة لاجل إتقانها .أما في المجال الرياضي فقد تطرق إليها (وجيه محجوب1985) فعرفها من وجهة نظر متخصصي علم الحركة بأنها "ثبات الحركة وآليتها واستعمالها في وضعيات مختلفة وبشكل ناجح".[1]

إن المهارات الرياضية عبارة عن حركات تؤدى بوجود تكتيك رياضي يعلم من قبل المعلم وتخضع للقوانين واللوائح المنظمة للفعالية الرياضية واتفق المصادر العلمية بأن قشرة المخ هو المسؤول عن تنفيذ المهارة الحركية بواسطة اعطاء ايعاز او اوامر إلى مجاميع العضلية المسؤولة عن تنفيذ المهارة الحركية وبذلك إن فهم الناحية الفنية يساعد على تصور جيد للمهارة وبدورها يؤدي إلى أداء المهارة الحركية بشكل مطلوب.[2]

---

(1) عادل فاضل علي؛المهارة ومفهومها في التعلم الحركي:(محاضرات طلبة الدراسات العليا/ الماجستير، الأكادمية الرياضية العراقية الألكترونية، 2005). (أنت)

(2) وجيه محجوب؛ التحليل الحركي،ط2:(بغداد مطبعة وزارة التعليم العالي 1985)، ص264 .

ويشير (يعرب خيون، 2002) الى ان كل مهارة حركية تتطلب تنظيم عمل مجاميع عضلية معينة وترتيبها في اتجاه معين. وفي هذا الجانب يجب اختيار المجاميع العضلية المطلوب عملها وكذلك تنظيم كمية التوتر والتناغم في هذا التوتر العضلي بين المجموعة العضلية الواحدة من جهة وبين المجاميع العضلية الأخرى من جهة اخرى. وعادة تتوحد كل نتاجات المجاميع العضلية لاجل الوصول إلى هدف معين، ومتى ماتحقق الهدف يمكن أن يعد الشخص المنفذ لتلك الحركة شخصاً ماهراً.[1]

2-4-1-2 تصنيف المهارات الحركية:

هناك العديد من المحاولات لغرض تصنيف المهارات الحركية ووضعها في أطر معينة لغرض سهولة التعامل معها.وهناك أربع تصنيفات شائعة الأستعمال وهي[2]:

1) المهارات الحركية العامة والدقيقة:

وقد اعتمد هذا التصنيف على عدد أجزاء الجسم المشتركة بالأداء.فهناك مهارات يعمل الجسم كاملا وهناك مهارات تعمل فيها مجموعة عضلية قليلة، ولكن لا يمكن أن نضع حداً فاصلاً بين العامة والدقيقة، لذا فإن هذا التصنيف يكون ذا نهايتين تبدأ إحدى النهايتين بمهارة حركة الأصابع الدقيقة لتنتهي في النهاية الأخرى بمهارات تستخدم الجسم وكل الأطراف. فان الحركات التي تتطلب إستخدام أطراف الجسم المتعددة مثل المشي، القفز السباحة أو الأرسال في التنس يعد من المهارات العامة، اما المهارات الدقيقة فانها تنفذ بعضلات صغيرة لاسيما أصابع اليد أو الكف أو الساعد وغالباً يصاحب هذا العمل إستخدام النظر واليد بشكل متوافق، ومن هذه المهارات،الطبع على الآلة الطابعة والخياطة.

(1) يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد،مكتب الصخر للطباعة،2002)، ص 19.

(2) يعرب خيون ؛نفس المصدر ص19

2) المهارات الوحيدة والمتسلسلة والمستمرة:

إن المهارات الوحيدة هي المهارات التي فيها بداية ونهاية واضحة، وعادة تتكون من ثلاثة أقسام وهذه الأقسام هي (القسم التحضيري، القسم الرئيس، القسم النهائي) فالرمية الحرة في كرة السلة وضربة الجزاء في كرة القدم هي أمثلة على الحركات الوحيدة. أما المهارات المتسلسلة فهي تعاقب حركات وحيدة ولكن يكون الجزء النهائي من الحركة الأولى هو جزء تحضيري للحركة الثانية، ونلحظ مثل هذه المهارات المتسلسلة واضحة في الجمناستك لاسيما على الأجهزة. والمهارات المستمرة تسمى أحياناً المهارات الثنائية إذ يكون هناك تكرار للحركة فالركض والسباحة الحرة أمثلة واضحة على ذلك.

3) المهارات المفتوحة والمغلقة:

فعندما تكون الظروف المحيطة ثابتة فان المتعلم يحاول أن يؤدي المهارة بدقة إذ إن قفزات الجمناستك ومهارات ألعاب القوى مثل رمي القرص والمطرقة والرمح أمثلة لمثل هذا التصنيف. أما المهارات المفتوحة فانها المهارات التي تنفذ تحت ظروف متغيرة.إن هذا التنفيذ يتطلب استجابات سريعة ومناسبة؛ لأن كل تنفيذ يختلف عن التنفيذ الآخر بسبب اختلاف الظروف المحيطة. ونظرة واحدة إلى اللعب في كرة القدم أو كرة السلة وكل ألعاب الكرة نلحظ عدم وجود حركات متطابقة يمكن للاعب أن ينفذها بسبب التغير الدائم للمحيط (الكرة واللاعب المنافس وأعضاء الفريق).

4) مهارات التحكم الداخلي والخارجي:

عند تنفيذ بعض المهارات الحركية، يكون التحكم تحت سيطرة المنفذ وتسمى مثل هذا المهارات مهارات التحكم الداخلي، وإن السباحة ورمي الرمح والمطرقة هي أمثلة لهذا التصنيف. وهناك مهارات تتطلب من المنفذ أن يستجيب للظروف الخارجية مثل الأخماد في كرة القدم وإستلام أرسال التنس. ويسمى مثل هذا التنفيذ بالتحكم الخارجي.

3-4-1-2 تقويم المهارات الحركية:

لكل لعبة رياضية قانون خاص بها تقوم على اساسه أداء الحركات، وحسب خصوصيتها، وعلى هذا الاساس وجدت طرائق متعددة لتقويم المهارات الحركية ذكرها (وجيه محجوب) أهمها:[1]

1) **طريقة احتساب النقاط بحسب البناء الحركي:**

ويتم فيها احتساب النقاط من خلال مشاهدة المهارة مباشرة كما في الجمناستك وفيها تقسم المهارة على أقسام متعددة ويعطى لكل قسم الدرجة الخاصة به وحسب اهمية ذلك القسم، ولزيادة موضوعية التقويم يمكن استخدام الفيديو والتصوير السينمائي إذ يتم التقويم من خلال عرض الفيلم على المقومين للتقويم.

2) **طريقة اجزاء الجسم:**

وفيها يتم تجزئة الجسم إلى أوضاع أو أجزاء متعددة مثل الرأس،الورك الساقين...الخ، ويتم تقويم كل جزء من الاجزاء على حدة ومن قبل احد المقومين (كل مقوم يكون مسؤولاً عن جزء واحد ولزيادة موضوعية التقويم يمكن ان يقوم الجزء اكثر من مقوم)، ثم تجمع درجات الاجزاء لتكون الدرجة النهائية.

---

(1) عادل فاضل علي ؛ المهارة ومفهومها في التعلم الحركي (محاضرات طلبة الدراسات العليا /الماجستير،الاكاديمية الرياضية العراقية الالكترونية،2005) انت.

3) طريقة تحليل المباريات:

وفيها يتم تحليل مباريات الالعاب الفرقية لمعرفة الخطأ والصواب ونقاط القوة والضعف لدى اعضاء الفريق ثم مقارنة النتائج مع فرق اخرى، وعملية التحليل هذه تكون بطريقتين:

أ. التحليل من خلال الافلام السينمائية.

ب. التحليل عن طريق المشاهدة المباشرة للمباراة.

إذ أشار(محجوب،1987)الى أن تقويم المهارات الرياضية عن طريق حساب النقاط يعد من أحدث الطرائق المهمة التي تعتمد على المشاهدة في تقويم المهارة

2-1-4-4 اقسام المهارات الحركية في الجمناستك:

اشار (لايرش وآخرون،1973) بأن جميع الحركات الرياضية تقسم إلى ثلاثة أقسام،وفي بعض حركات الجمناستك تنقسم إلى أربعة أقسام وهي:[1]

1) القسم التحضيري: وهو القسم الذي يسبق القسم الرئيس ويحضر له.ويجب الأهتمام بهذا القسم والاعتناء به لأن نجاح الحركة في الاقسام الاخرى، يعتمد على هذا القسم.
2) القسم القيادي: وهو القسم الذي يقود الجسم إلى الأتجاه ويأتي قبل القسم الرئيس.
3) القسم الرئيس: وهو القسم الذي يقع عليه الواجب الحركي.
4) القسم النهائي: وهو القسم الذي تنتهي به الحركة،او يكون في بعض الأحيان التحضيري لحركة أخرى في الحركات المتسلسلة.

---

(1) بوركن لايرش ،الأسس النظرية في الجمناستك،ط1: (بغداد،مطبعة دار السلام،1973). ص 38-39

أما (شحاتة،2003) فقد اشار بأنه لكي نتمكن من معرفة الأداء الفني لمهارات الجمناستك، فإنه يجب التأكد من التفاصيل الدقيقة التي تتركب منها المهارة، والذي تنقسم إلى ثلاثة أجزاء (الجزء التمهيدي والجزء الأساسي والجزء النهائي)، ويتركز الأداء الفني علي الجزء الأساسي فقط، وعليه فينبغي التعرف جيداً على النقاط الأساسية لتنفيذ هذا الجزء.[1]

ومن خلال أطلاع الباحث لمصادر مختلفة في الكتب المعتمدة في التربية الرياضية فإنه لاحظ ان أغلب المهارات وخاصة المهارات قيد البحث تتكون من ثلاثة أقسام (القسم التحضيري والقسم الرئيسي والقسم الختامي).

5-1-2 مهارات الجمناستك قيد البحث:[2]

1-5-1-2 مهارة الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين:

النواحي الفنية للأداء حسب أقسام الحركة:

أ) القسم التحضيري:

من الوقوف أو الجلوس الطولي يتدحرج الطالب الى الخلف مع ثني الجسم من مفصل الورك وإمتداد الرجلين.

ب) القسم الرئيسي:

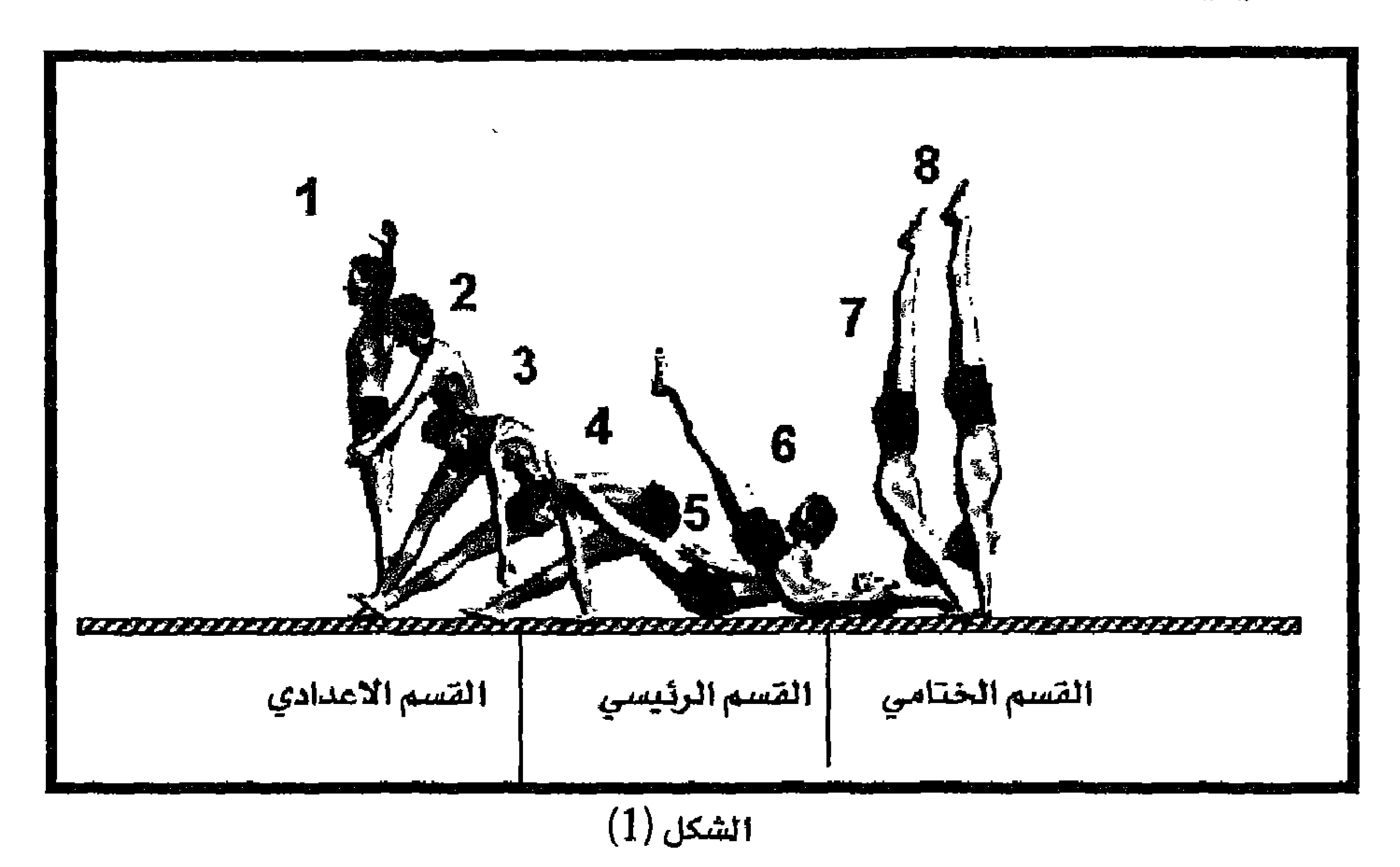
وضع اليدين بسرعة قرب الرأس والاذنين ومن خلال الدحرجة لوضع الكب يمد مفصل الورك بصورة سريعة ثم تمد الذراعان،أي الخطف السريع بالرجلين للخلف والاعلى للوصول الى وضع الوقوف على اليدين.

(1) محمد إبراهيم شحاتة :تدريب الجمباز المعاصر.ط1: (قاهرة،دار الفكر العربي، 2003). ص226

(2) معيوف ذنون حنتوش وعامر محمد سعودي "المدخل في الحركات الأساس لجمباز الرجال"ط1: (موصل، دار الكتب للطباعة والنشر،1988).

ج) القسم الختامي:

وفي النهاية المد الكامل للجسم و الوصول الى وضع الوقوف على اليدين والثبات لمدة (2) ثانيتين.



الشكل (1)

يوضح مهارة الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين

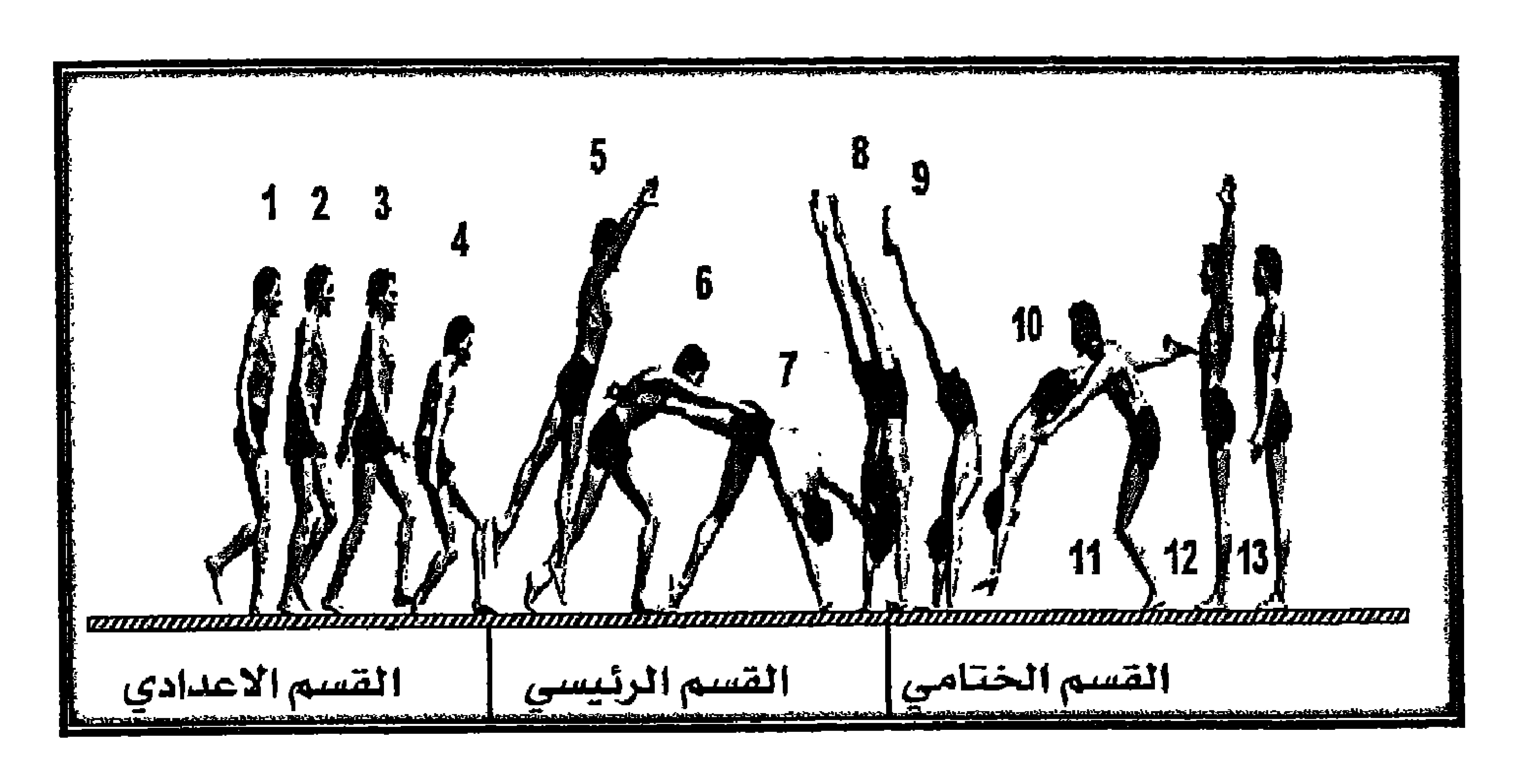
2-5-1-2 مهارة قفزة العربية على جهاز بساط الحركات الارضية:

النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ. القسم التحضيري: يجري اللاعب خطوتين أوثلاثاً ثم يحجل على القدم الحرة (اليسرى مثلاً) مع مرجحة الذراعين أماماً عالياً.

ب. القسم الرئيس: يضع اللاعب قدم النهوض (اليمنى) أولاً ثم تليها اليد اليسرى التي توضع الى الامام بجانب اليد (اليمنى). وهي موضحة في الشكل (2) بعدها يؤدي اللاعب نصف لفة مع مرجحة الرجل الحرة بقوة للأعلى وتدفع قدم النهوض الأرض لتلحق بالقدم الحرة عند مرور الجسم بوضع الوقوف على اليدين، وبعد ذلك يثني مفصلي الورك بسرعة ويدفع اليدين الى الارض بقوة ويبقي الرجلين مضمومتين مع لف الجذع.

ج. القسم الختامي: تهبط الرجلان وهما مضمومتان على الارض ويصل اللاعب الى وضع الوقوف مواجهاً للإتجاه الذي بدأ منه الجري ثم يمرجح الذراعين أماماًعالياً مع وثبة للأعلى بقدمين مضمومتين.



الشكل (2)

يوضح مهارة قفزة العربية على جهاز بساط الحركات الارضية.

2-1-5-3 مهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز بساط الحركات الارضية:

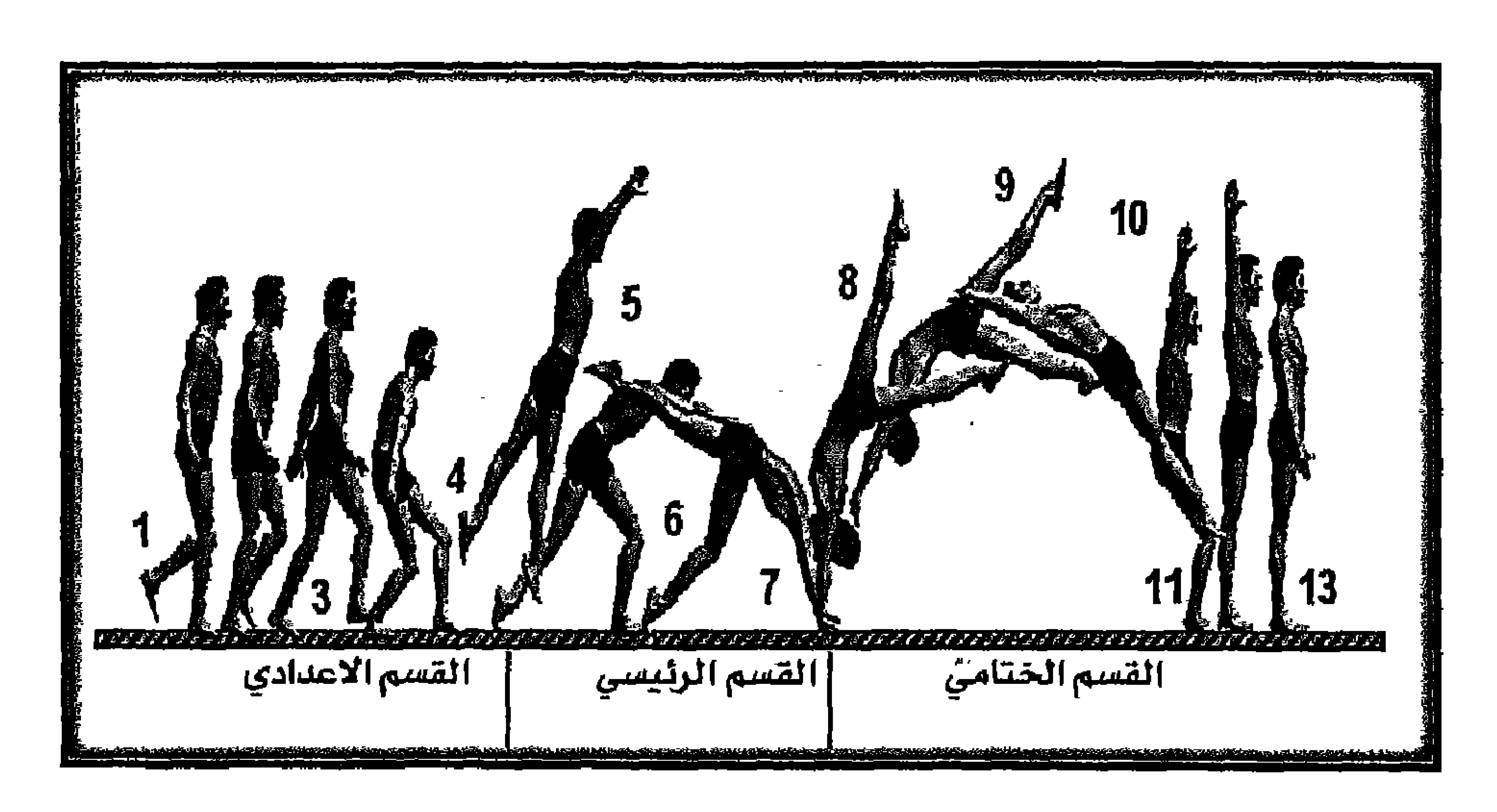
النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ. القسم التحضيري: تبدأقفزة اليدين الامامية بالجري خطوتين أوثلاثة (حيث لايسمح القانون بالجري أكثر من ثلاث خطوات) ثم بالحجل على القدم اليمنى ورفع القدم اليسرى الى الامام مع رفع الذراعين أماماًعالياً.

ب. القسم الرئيس: يميل الجذع أماماً مع وضع القدم اليسرى (الناهضة)على الارض كذلك وضع اليدين باتساع الصدر مع إتجاه الاصابع الى الامام على أن تكون الذراعان ممدودتين تماماً- تمرجح الرجل اليمنى (القائدة) عالياً وهي ممدودة مع دفع الارض بالقدم اليسرى بقوة لتلحق بالرجل اليمنى فو ق الرأس للوصول الى وضع الوقوف على اليدين.

وفي هذا الوضع يكون مركزثقل الجسم حول محوره العرضي يخرج مركز الثقل عن الإتجاه العمودي متجهاً الى الامام، بعدها يتم دفع اليدين الارض بقوة بذراعين ممدودتين،وهذا يحدث دفعاً لامركزياً ليعطي تحليقاً للجسم الى الاعلى لفترة قصيرة مع تقوس الظهر.

ج. القسم الختامي: يكمل الجسم دورانه والرجلان ممدودتان ومضمومتان للهبوط على المشطين على أن تكون الذراعان مرفوعتين عالياً والرأس بينهما ثم إستقامة الجسم بوضع الوقوف الاعتيادي.



الشكل (3)

يوضح مهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز بساط الحركات الارضية

2-1-5-4 مهارة الكب من الاستناد على الابطين على جهاز المتوازي:

النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ. القسم التحضيري:

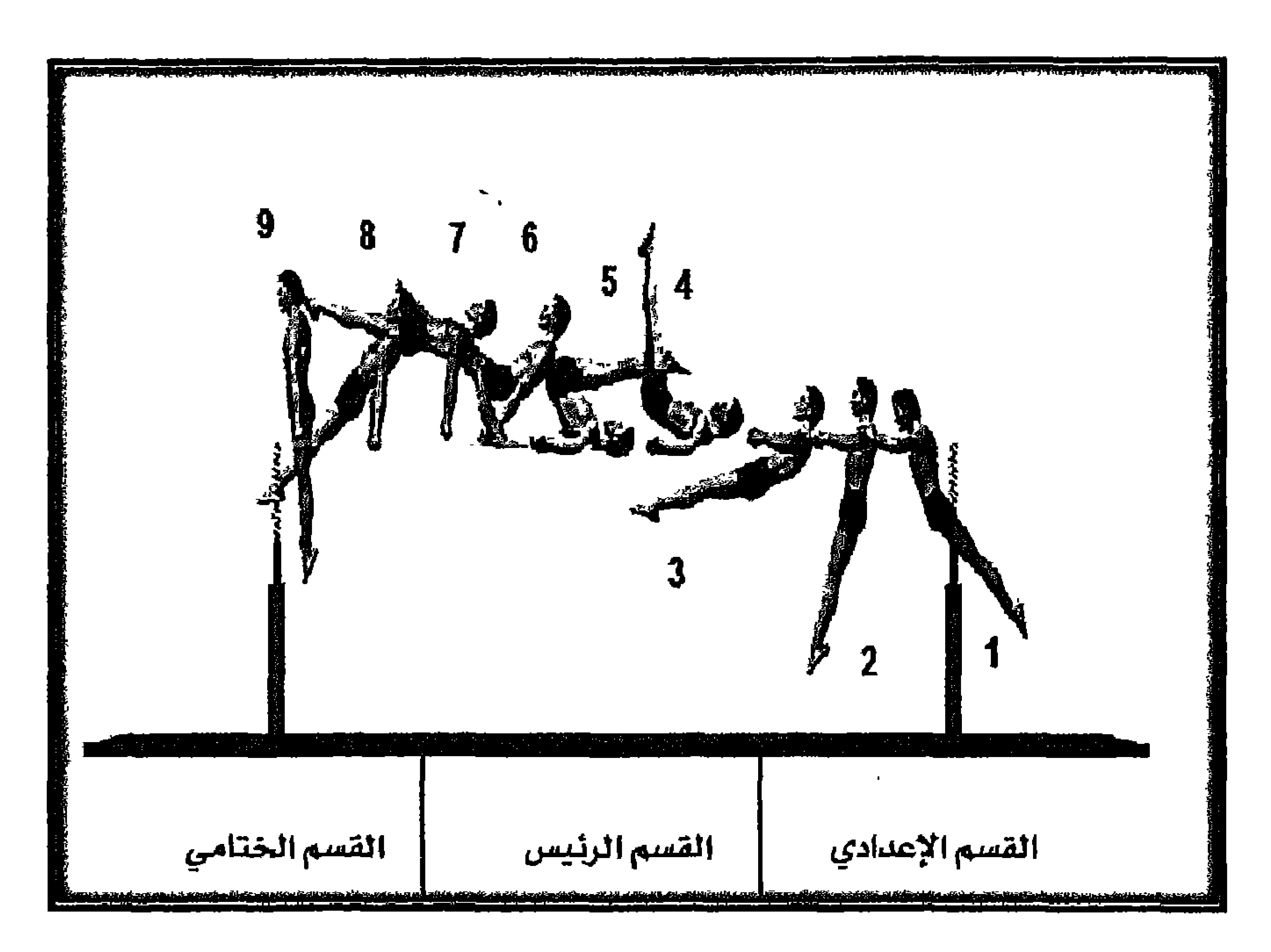
يثب اللاعب للإرتكاز على العضدين، والذراعان ممدودتان تقريباً ثم يؤرجح الجسم أماماً لإتخاذ وضع الكب (إحداث زاوية بين الرجلين والجذع) بحيث يكون النظر الى المشطين ويكون مركز الثقل فوق قاعدة الإرتكاز.

ب. القسم الرئيس:

من وضع الكب تخطف الرجلين الى الامام والاعلى بزاوية قدرها (45)ثم توقف حركتهما وذلك لتحويل طاقتهما الكامنة الى الجذع لرفعه الى الاعلى وعلىالخصوص الكتفين بالإشتراك مع دفع العارضتين باليدين كما هو مسلسل.

ج. القسم الختامي:

يصل الجسم الى وضع الارتكازعلى اليدين بذراعين ممدودتين تماماً.



الشكل (4)

يوضح مهارة الكب من الاستناد على الابطين على جهاز المتوازي

5-5-1-2 مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي:

النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

1) القسم التحضيري:

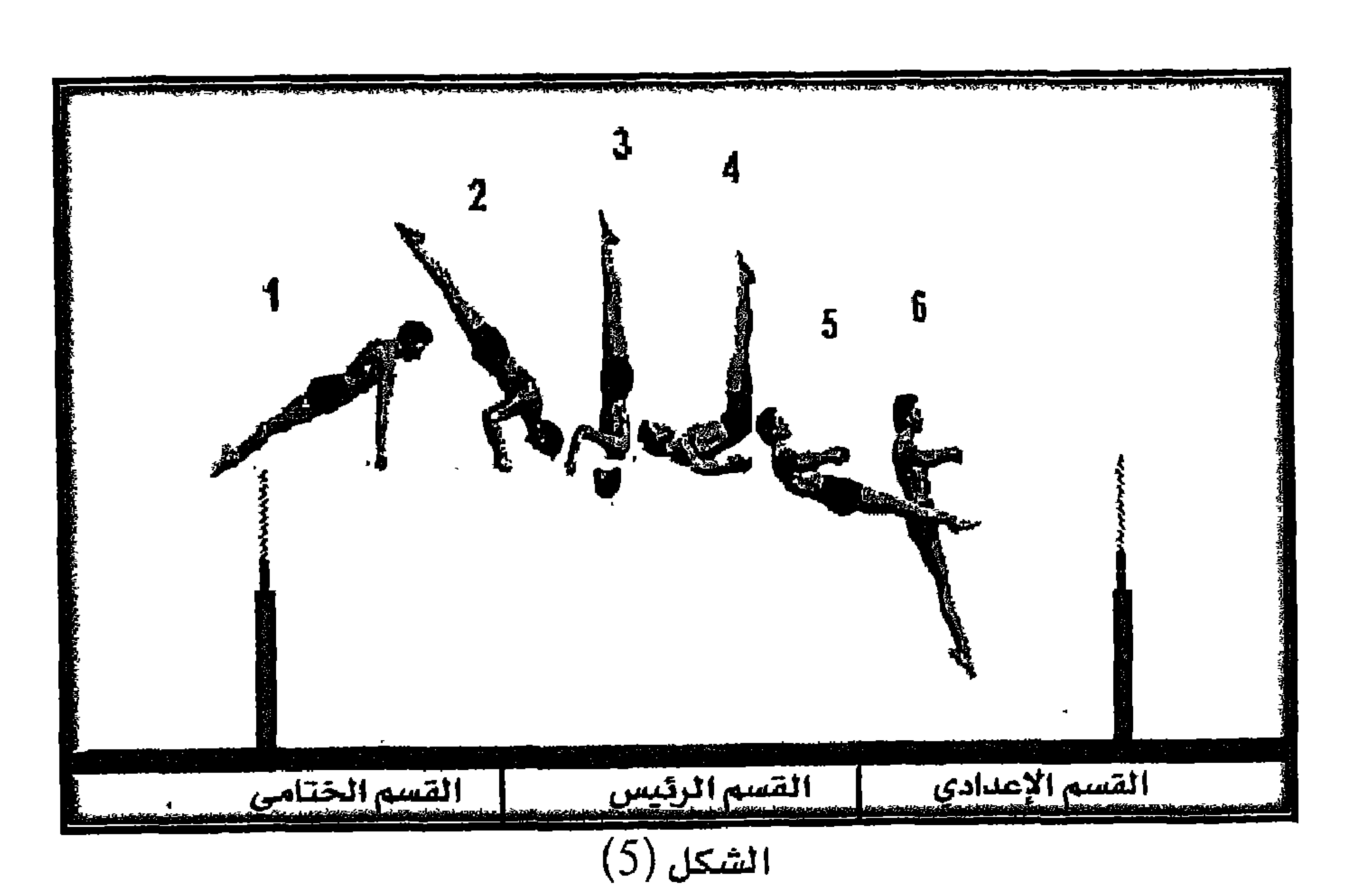
من وضع الارتكاز على اليدين يمرجح اللاعب الرجلين أماماً وخلفاً.

2) القسم الرئيس:

بعد أن تتجاوز الرجلان المستوى الافقي خلفاً بقليل يثني اللاعب مفصلي المرفقين ثم فتحهما للخارج مع وضع العضدين على العارضتين وقريباً جداً من اليدين لتصبح اليدان والكتفان على قاعدة الارتكاز.

3) القسم الختامي:

يستمر الجسم في التأرجح حتى يصل الى وضع الوقوف على الكتفين مع الضغط على عارضتي المتوازي لاستمرار رفع الكتفين للأعلى والحفاظ على توازن الجسم وعدم سحب الرأس الى الصدر.



الشكل (5)

يوضح مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي

2-1-5-6 مهارة الهبوط الأمامي على جهاز المتوازي:

النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة

أ. القسم التحضيري:

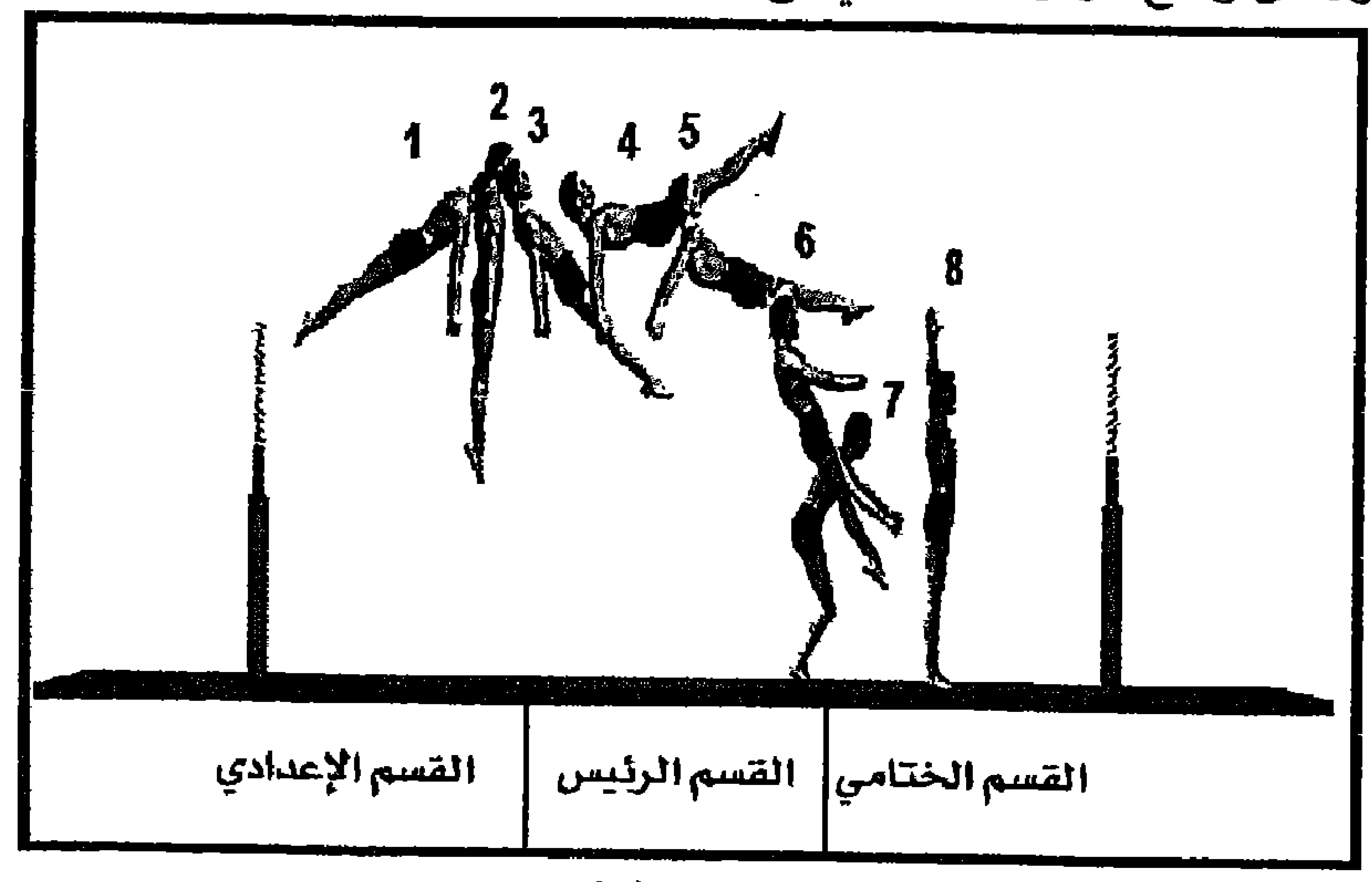
من وضع الارتكاز يؤرجح اللاعب الرجلين الى الامام حتى يصل المشطان الى مستوى الكتفين تقريباً.

ب. القسم الرئيس:

يدفع اللاعب العارضة باليد اليمنى ويرتكز الجسم على اليد اليسرى وينقل اللاعب الرجلين خارج العارضتين مع ترك اليد اليمنى مكان اليد اليسرى.

ج. القسم الختامي:

مد مفصل الورك للهبوط جانباً مقاطعاً جهة اليسار والهبوط على المشطين للوصول الى وضع الوقوف الجانبي مع مسك العارضة باليد اليمنى بذراع ممدودة.



الشكل (6)

يوضح مهارة الهبوط الامامي على جهاز المتوازي

2-1-6 الاحتفاظ:

أن التعلم عملية مركبة تسهم فيها الكثير من العمليات العقلية العليا لدى الانسان، ومن العمليات العقلية التي تسهم في عملية التعلم تذكر الخبرات السابقة ويتم اما عن طريق الاستدعاء او التعرف، وتعني عملية التذكر: العمل الارادي الذي يقوم به الانسان لاستعادة الصور والحقائق الماضية ويتكون من ثلاثة مراحل: مرحلة الاكتساب،مرحلة الاحتفاظ،مرحلة الاسترجاع[1]

2-1-6-1 قياس الاحتفاظ:

هناك ثلاث طرائق لقياس الاحتفاظ وهي: [2]

1. قياس الاحتفاظ المطلق (منحنى التعلم): هي ابسط انواع الاختبارات حيث يقاس بعد فترة الاكتساب مباشرة حيث نقوم بتثبيت كل درجات الاداء خلال فترة التعلم او التدريب ونوصلها بخط يمثل منحنى التعلم ويقطع الخط في فترة الراحة.
2. النسبة المئوية: هي اعطاء اخر محاولات التعلم نسبة (100٪) ثم نقوم بقياس الأداء بعد فترة الاحتفاظ ونحول الفرق الى نسبة مئوية، فمثلا إذا كانت آخر عشر محاولات للرمية الحرة في كرة السلة هي عشر نقاط وبعد فترة الاحتفاظ كانت النقاط تسعة فان نسبة الاحتفاظ (90٪).
3. التوفير: هو تحديد عدد التكرارات للوصول الى هضبة الأداء او المستوى المعياري المطلوب ثم نقوم بحساب عدد التكرارات بعد فترة الاحتفاظ الى حين التوصل الى الكفاءة نفسها في الفترة التعليمية.

---

(1) حازم احمد مطرود؛ أثر استخدام أساليب مختلفة في تنظيم محتوى منهج الكرة الطائرة في مستوى التحصيل والاحتفاظ المعرفي والحركي أطروحة دكتوراه كلية التربية الرياضية، (جامعة الموصل 1997)، ص24 .

(2) Schmidt,and lee; Motor Learning & control: (Human Kinetics, p442-459, 1L, 2005).

وحيث ان الاحتفاظ كما عرفه (مؤمني، 1986) هو بقاء الاثر على الدماغ مدة من الزمن حيث انه كلما بقي الاثر فترة أطول كان تذكرنا للخبرة التي تركت الاثر الاحسن.[1] وكذلك ما ذكره (عيسوي، 1979) من ان الاحتفاظ هو عملية من عمليات التذكر التي تعبر عن قدرة الفرد في الاستقرار على اداء عمل سبق ان تعلمه بعد فترة قصيرة او طويلة من تعلمه واستدعاء الفرد لما سبق دليل على ان العقل قد احتفظ بما تعلمه.[2]

وبذلك فان العوامل التي تؤثر في التذكر والاحتفاظ والاسترجاع هي نفسها التي تؤثر في التحصيل والاكتساب، كما ان الشروط التي تسهل التعلم هي نفسها تيسر الاحتفاظ ومستويات التذكر والاسترجاع هي نفسها مستويات التعلم.

وقد ذكر (الضمد،2000) مجموعة من العوامل التي تساعد على سرعة التذكر واسترجاع الخبرة وهي:[3]

- التكرار: المهارات الحركية او الخطط التي نكررها ونمارسها بصورة مستمرة تكون اسهل في استدعائها وتذكرها من المهارات او الخطط التي لم نمارسها او مورست بشكل متقطع.
- الحداثة: المهارات الحركية والمعلومات والمعارف التي نتعلمها حديثا تكون اسهل في استدعائها من المعلومات التي سبق تعلمها من فترة طويلة.
- الخبرة: ان المهارات الحركية الخاصة باللاعب التي تتناسب مع قدراته الخاصة والتي تميزه عن غيره من اللاعبين تكون اسهل في استدعائها وتذكرها بالنسبة للاعب عن المهارات الحركية التي يمارسها اللاعبون جميعهم.

---

(1) ماجد احمد مؤمني؛ " التذكر والنسيان "مجلة التربية؛(العدد 80 اللجنة الوطنية للتربية 1986) ص73.

(2) عبد الرحمن عيسوي؛"دراسات سايكولوجية "،(مصر،الاسكندرية،منشأة المعارف 1979)، ص138

(3) عبد الستار جابرالضمد ؛ فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، ط1:(الاردن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع 2000)، ص 160.

- الحيوية:المنافسات الحساسة والمهمة التي اشترك فيها اللاعب والتي تميزت بانفعالات معينة يسهل استدعائها وتذكرها عن المنافسات الرياضية العادية الروتينية نظراً للشدة الانفعالية والبدنية لهذه المنافسات الحساسة وحيويتها.

2-2 الدراسات السابقة:

2-2-1 دراسة حسين سعدي إبراهيم:(2006)

"أثر التدريس باسلوبي الاكتشاف الموجه والتعلم المتبع (التقليدي) في تعلم لاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل"[1]

هدف البحث الى:

1. الكشف عن أثر التدريس باسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل
2. الكشف عن أثر التدريس باسلوب التعلم المتبع (التقليدي) في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل.
3. الكشف عن الفروق بين إستخدام التدريس باسلوب الاكتشاف الموجه والاسلوب التقليدي في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث. وحدد مجتمع البحث من طلاب المرحلة الاولى –كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين. والبالغ عددهم (137) طالباً موزعين على اربع شعب، اما عينة البحث فاشتملت على طلاب من شعبتين تم اختيارهما بالطريقة العمدية وهما (ب1 ب2..) لتكونا عينة البحث إذ بلغ عدد العينتين (50) طالباً وتم تقسيمهم الى مجموعتين

---

(1) حسين سعدي إبراهيم :"أثر التدريس باسلوبي الاكتشاف الموجه والتعلم التقليدي في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل" بحث منشور في مجلة زانكو، العدد(5)، المجلد (17) 2008.

وبعد إستبعاد الطلاب الراسبين والمؤجلين والممارسون للعبة، بلغ مجموع عدد العينة الحقيقية (36) طالباً وبواقع (18)طالباً للمجموعة التجريبية التي درست باسلوب الاكتشاف. و(18)طالب للمجموعة الضابطة التي درست وفق الاسلوب التقليدي المتبع أما أداة البحث فتمثلت بإختبار قذف الثقل واستخدم الباحث الاختبار التائي للعينيتين المستقلتين لمعالجة بياناته إحصائياً.

وقد استنتج الباحث ما يأتي:

1. ظهر تفوق المجموعة التجريبية المستخدمة (اسلوب لاكتشاف الموجه) على المجموعة الضابطة المستخدمة (الاسلوب التقليدي) في تعلم الاداء الفني لفعالية قذف الثقل.
2. إن إستخدام المجموعة التجريبية المستخدمة (اسلوب الاكتشاف الموجه)كان أكثر فاعليةً من الاسلوب التقليدي في الانجاز لفعالية قذف الثقل.
3. وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية المستخدمة (اسلوب الاكتشاف الموجه) في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل.
4. وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المستخدمة اسلوب التعلم المتبع (التقليدي) في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية قذف الثقل.
5. إن اسلوب الاكتشاف الموجه يزيد من الدافعية لدى الطلاب في الاستمرار بالاستجابات الصحيحة وتزداد أيضاً رغبتهم في الدرس نظراً لان هذا الاسلوب يتيح للأغلبية بالاشتراك في العملية التعليمية.

2-2-2 دراسة ضياء قاسم الخياط وصفاء ذ نون الامام:(2002)

"تأثير استخدام اسلوب التدريس بالاكتشاف الموجه في درس التربية الرياضية في إكتساب بعض المهارات الاساسية في كرة الطائرة "[1]

هدف البحث الى ما يأتي:

الكشف عن تأثير استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في درس التربية الرياضية في إكتساب بعض المهارات الاساسية في لعبة كرة الطائرة.

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث وتم اختيار مجتمع البحث بطريقة عمدية من السنة الدراسية الثانية بمتوسطة النعمانية للبنين في الموصل للعام الدراسي 2000-2001 والبالغ عددهم (180) طالب مقسمين على أربعة شعب بواقع (45) طالب لكل شعبة وتم إختيار شعبتين بطريقة عشوائية على أن يمثلان مجموعتين (أ.ب) تم استخدام اسلوب تدريس الاكتشاف الموجه على المجموعة (أ) بينما استخدم الطريقة التقليدية بطريقة الشرح والعرض للمجموعة (ب) وتم إستبعاد خمس طلاب من كل شعبة من المشتركين في المنتخبات والذين لديهم إعفاء من درس التربية الرياضية واصبح العدد الكلي (80) طالباً وبواقع (40) لكل شعبة. أما أداة البحث فتمثلت بالاختبارات المهارية المحددة بكرة الطائرة وإستخدم الباحثان الاختبارالتائي للعينات المستقلة في معالجة البيانات إحصائياً.

(1) ضياء قاسم الخياط وصفاء ذنون ؛ "تأثير إستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في درس التربية الرياضية في اكتساب بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة "بحث منشور في مجلة الرافدين العدد 27، المجلد 8، 2002.

الاستنتاجات:

استخلص الباحثان الى ان استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه للجزء التعليمي لبعض مهارات كرة الطائرة لطلا بالصف الثاني المتوسط يؤدي الى:

1. الاعتماد على الذات يزيد الدافعية لدى الطلاب لتحقيق الاهداف المرجوة مقارنةً بالاسلوب التقليدي (الشرح والعرض).
2. يساعد اسلوب الاكتشاف الموجه على زيادة المعرفة وإتقان الاداء مما يؤدي الى فهم الطلاب لعناصر المهارات الحركية قيد البحث.
3. اسلوب الاكتشاف الموجه كونه طريقة من طرائق التعلم يؤثر تأثيراً إيجابياً في إكتساب بعض المهارات الحركية في كرة الطائرة (التمرير،الاعداد) (استقبال الكرة من الاسفل)(الارسال من الاسفل).

3-2-2 دراسة عفاف عبدالله الكاتب وآسيا كاظم الجنابي:(1999)

" تأثير اسلوب الإكتشاف الموجه في تعلم مهارات السباحة الحرة"[1]

استهدف البحث الى ما يأتي:

1. التعرف علىتأثير اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم مهارات السباحة الحرة في مستوى الاداء الفني الحركي(التطور البدني).
2. التعرف على اسلوب الاكتشاف الموجه على تعلم مهارات السباحة الحرة في مستوى التحصيل المعرفي (التطوير المعرفي الذهني).
3. الكشف عن الاسلوب الافضل في تعلم مهارات السباحة الحرة.

تم إستخدام المنهج التجريبي لملائمته في تحقيق أهداف البحث وفروضه اما عينة البحث فتم إختيار (20)طالبة من المرحلة الاولى- كلية التربيةالرياضية.

من مجتمع الاصل البالغ (22)طالبة وقدتم إختيار مجتمع الاصل كله وقد تم إستبعاد الطالبات الراسبات واللواتي يجدن السباحة وبهذا أصبحت العينة المختارة عينة عشوائية. وقد تم تقسيمها الى مجموعتين (10) طالبات تمثلت المجموعة التجريبية التي طبقت عليها اسلوب الاكتشاف الموجه و(10) طالبات تمثلت المجموعة الضابطة التي طبقت عليها الاسلوب التقليدي.كما اجري قياس التجانس بمهارة الطفو الامامي الثابت وهواختبار ذو صدق وثبات معروفين.[1]

وقد استنتج البحث ما يأتي:

1. حصول تقدم في الاداء الفني من جراء استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه والاسلوب التقليدي.
2. حصول تقدم في التحصيل المعرفي من جراء استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه والاسلوب التقليدي.
3. ضهور تأثير معنوي من جراء استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في مستوى التحصيل المعرفي على الاسلوب التقليدي.
4. وجود فرق عشوائي بين كل من الاكتشاف الموجه والتقليدي في مستوى الاداء الفني.
5. وجود فرق معنوي بين كل من الاسلوبين الموجه والاسلوب التقليدي في الدرجة النهائية.

---

(1) عفاف عبدالله الكاتب وآسيا كاظم الجنابي؛"تأثير اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم مهارات السباحة" (بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، العدد 1، المجلد 1، جامعة بابل 2002)

3-2 تحليل الدراسات السابقة:

من خلال إستعراض الدراسات السابقة اتضح ما يأتي:

1. اشتملت الدراسات السابقة على عينات مختلفة إذ تمثلت العينة في دراسة حسين سعدي إبراهيم طلاب السنة الدراسية الاولى- كلية التربية الرياضية /جامعة صلاح الدين وفي دراسة عفاف عبدالله وآسيا كاضم طلاب السنة الدراسية الاولى- كلية التربية الرياضية /جامعة بابل، أما في دراسة ضياء الخياط و صفاءذنون فتمثلت العينة من طلاب الصف الثاني المتوسط في متوسطة النعمانية للبنين-الموصل.
2. أما الدراسة الحالية فتمثلت العينة بطلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية.
3. اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في إستخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث.
4. تناولت الدراسات السابقة استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في فعاليات مختلفة وهي (قذف الثقل، السباحة الحرة، كرة الطائرة) أما الدراسة الحالية فقد استخدمت اسلوب الاكتشاف الموجه في جمناستك الاجهزة.
5. اشتملت أدوات البحث في الدراسات السابقة من إختبار قذف الثقل في دراسة حسين سعدي، ومهارة الطفو الامامي والسباحة الحرة في دراسة عفاف عبدالله الكاتب والاختبارات المهارية في كرة الطائرة في دراسة ضياء الخياط أما الدراسة الحالية فتمثلت أدوات البحث بالاختبارات المهارية المحددة على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي بالجمناستك.
6. اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في إستخدام نفس الوسائل الاحصائية في معالجة البيانات وهي الاختبار التائي للعينات المستقلة والعينات المترابطة،إذ استنتجت الدراسات السابقة من فاعلية استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه مقارنة بالاسلوب التقليدي المتبع في تعلم المهارات المحددة للفعاليات المختلفة في الدراسات السابقة.

الباب الثالث



الباب الثالث

منهجية البحث

3- إجراءات البحث:

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، إذ يعد المنهج التجريبي من أقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية فهو محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد، حيث يقوم الباحث بتطويعه أو تغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي.[1]

ويعد المنهج التجريبي هو المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات بالسبب أو الأثر.[2]

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم إختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين/أربيل للعام الدراسي (2007-2008) والبالغ عددهم (88) طالباً موزعين على أربع شعب (A1-B1-A2-B2)

وقد تم أختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) حيث وقع الاختيار على الشعبتين (A1-B1)من الشعب الاربعة وبواقع (20)طالباً لكل

(1) نوري أبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي الكبيسي؛ دليل البحاث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية:(بغداد، ب. م،2004)، ص 58

(2) محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2:(القاهرة، دار الفكر العربي،1999)، ص217

مجموعة وذلك بعد أن استبعد الباحث عدداً من الطلاب وعددهم (3) لعدم تجانسهم مع بقية أفراد العينة وهم:

- الطلاب المصابين.
- الراسبون في العام الماضي.

إذ أختيرت شعبة (B1) لتمثل المجموعة التجريبية باستخدام اسلوب (الإكتشاف الموجه) وشعبة (A1) المجموعة الضابطة باستخدام الاسلوب التقليدي،ويلغ عدد أفراد العينة(40) طالباً وبواقع (20) طالب لكل مجموعة. والجدول (1) يوضح ذلك

الجدول (1):

يبين عدد أفراد العينة حسب مجموعتي البحث

الشعبة	المجموعة	المتغير	العدد الكلي	المستبعدون	عدد العينة
B1	التجريبية	اسلوب الإكتشاف الموجه	21	1	20
A1	الضابطة	الاسلوب التقليدية	22	2	20
المجموع			43	3	40

3-3 التصميم التجريبي:

يجب على الباحث قبل إجراء أية دراسة إختيار تصميم تجريبي مناسب لاختبار صحة النتائج المستنبطة من فروضه.[1]

وتضمنت تجربة البحث الاختبار ذات المجموعة التجريبية و الضابطة العشوائية الأختيار ذات الأختبار القبلي والبعدي.[2]

إن استخدام تصميم تجريبي يلائم البحث التجريبي أمر في غاية الاهمية لانه يساعد على الحصول على أجوبة لأسئلة البحث كما يساعد على الضبط التجريبي. لذلك استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي). والجدول (2) يبين ذلك:

جدول (2):

يبين التصميم التجريبي

المجموعات	الاختبار القبلي ←	المتغير المستقل ←	الاختبار البعدي ←	إختبار الاحتفاظ
التجريبية	بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي	اسلوب الاكتشاف الموجه	بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي	بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي لاستخراج الاحتفاظ
الضابطة		الاسلوب التقليدي (المتبع)		

(1) ديوبولد ب فاندالين ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون:(القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية،1984)، ص398

(2) عبدالجليل أبراهيم ومحمدالغنام؛ مناهج البحث في التربية، ج1:(بغداد،مطبعة جامعة بغداد،1981)،ص101

3-4 تجانس وتكافؤ عينة البحث:

قام الباحث بالتحقيق من تجانس مجموعتي البحث وتكافؤها لأجل ضبط المتغيرات المتعلقة بالوزن والطول والعمر وبعض عناصر اللياقة البدنية التي تؤثر في المهارات قيد البحث، إذ تم التحقيق من تجانس الكتلة والطول والعمر للمجموعتين التجريبية والضابطة فضلاً عن ذلك تم التحقق من التكافؤ في بعض عناصر اللياقة البدنية قيد البحث وذلك من خلال توزيع استمارة استبيان (الملحق- 1) على المتخصصين* في مجال مادة الجمناستك والتعلم الحركي لتحديد أهم عناصر اللياقة البدنية المؤثرة في تلك المهارات وتحديد الاختبارات البدنية المناسبة لهذه العناصر من أجل ضبط هذه المتغيرات والجدول(3) يوضح المعالم الاحصائية لمتغيرات الطول والكتلة والعمر وعناصر اللياقة البدنية المختارة للمجموعتين التجريبية والضابطة

---

* هم كل من:.

أ.د. عامر محمد سعودي	التعلم الحركي/جمناستك	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
أ.د محمد خضر أسمر	التعلم الحركي /كرة القدم	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
أ.د أحمد توفيق الجنابي	بايوميكانيك / جمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين
أ.د. قتيبة زكي الثك	طرائق التدريس/ جمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل
أ.م.د فداء أكرم سليم	طرائق التدريس /كرة القدم	كلية التربية الرياضية /جامعة صلاح الدين
أ.م حامد مصطفى حمد	طرائق التدريس /كرة اليد	كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل
م.د. عبدالجبار عبدالرزاق	علم التدريب/جمناستك	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.
م.د. شيروان صالح خضر	تعلم الحركي/جمناستك	كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين.
م.م حيدر غازي	بايوميكانيك/جمناستك	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.

الجدول (3):

يبين المعالم الإحصائية لمتغيرات الطول والكتلة والعمر وبعض عناصر اللياقة البدنية والمهارية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة(ت)* المحتسبة	الدلالة
		س-	±ع	س-	±ع		
العمر	سنة	270.65	23.22	268.9	23.561	0.238	غير معنوية
الوزن البدني	كغم	72.8	3.548	71.8	4.948	0.734	غير معنوية
الطول	سم	172.95	3.677	174.75	4.037	1.474	غير معنوية
الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين	درجة	2.2	0.767	2.3	0.864	0.387	غير معنوية
قفزة العربية	درجة	1.85	0.745	2.05	0.825	0.804	غير معنوية
قفزة اليدين الامامية	درجة	2.45	0.759	2.65	0.670	0.883	غير معنوية
الكب على المتوازي	درجة	2.5	0.827	2.75	0.716	1.02	غير معنوية
الوقوف على الاكتاف على المتوازي	درجة	1.90	0.911	2.05	0.998	0.496	غير معنوية
الهبوط من المتوازي	درجة	2.05	0.825	2.35	0.933	1.07	غير معنوية
السحب على العقلة	تكرارت	3.95	2.799	5.95	9.075	0.94	غير معنوية
البطن	تكرار في 30 ثانية	23.45	3.136	22.90	2.245	0.638	غير معنوية
الشناو	تكرار في 30 ثانية	20.900	9.689	21.4	8.641	0.172	غير معنوية
المرونة	سم	19.45	3.017	19.4	3.676	0.0470	غير معنوية
رمي الكرة الطبية	سم	5.55	0.825	5.8	0.833	0.953	غير معنوية

* قيمة (ت) الجدولية أمام درجة حرية (38) وعند نسبة خطأ ≥ (0.05) يساوي (2.02).

يتبين من الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات العمر والطول الكتلة واختبارات اللياقة البدنية إذ تراوح قيمت (ت) المحتسبة بين (0.047-1.474) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية أمام درجة حرية (38) وعند نسبة خطأ (0,05) والبالغة (2.02). وهذا يعني تجانس المجموعتين وتكافؤها في متغيرات العمر والطول والكتلة وعناصر اللياقة البدنية المختارة والمهارات الحركية.

3-5 وسائل جمع المعلومات:

استخدم الباحث التقويم وسيلة لجمع البيانات باستخدام الملاحظة العلمية غير التقنية من قبل المقومين ولأجل تحقيق ذلك قام الباحث بعرض استمارة خاصة على المتخصصين* في مادة الجمناستك لغرض تحديد درجات كل قسم من أقسام الحركة الثلاثة (القسم التحضيري، القسم الرئيس، القسم الختامي) وذلك بحسب الاهمية لكل قسم من أقسام المهارات، وبعد وضع صور توضيحية لكل مهارة، تم تحديد الدرجة النهائية للمهارات موضوع البحث (ملحق-4) ،إذ أُخذت الدرجة الأكثر تكراراً لكل قسم حسب إتفاق آراء المختصين على وفق أهمية كل قسم من أقسام المهارة. والجدول (4) يبين درجات أقسام المهارات

---

* أ.د عامر محمد سعودي	تعلم حركي / جمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل
أ.د.قتيبة زكي التك	طرائق التدريس /جمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل
أ.د. أحمد توفيق الجنابي	البايوميكانيك / الجمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين.
أ.د عبد الرزاق كاظم الزبيدي	تعلم الحركي / الجمناستك	كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد
أ.م.د. اسماعيل ابراهيم محمد	بايوميكانيك / الجمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد.
م.د. عبدالجبار عبدالرزاق	علم التدريب / الجمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.
م.د. عامر سكران	بايوميكانيك / الجمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد.
م.د. شيروان صالح خضر	تعلم الحركي / الجمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين.
م.م. حيدر غازي	علم التدريب / الجمناستك	كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.

قيد البحث بحسب اتفاق المختصين. كما استخدم الباحث الاختبارات والمقاييس والاختبارات المهارية والاستبيان والمقابلة الشخصية كوسيلة لجمع المعلومات.

جدول(4):

يبين درجات أقسام المهارات قيد البحث بحسب أتفاق الخبراء والمتخصصين

المهارات	القسم التحضيري	القسم الرئيس	القسم الختامي	الدرجة النهائية
الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين	2	5	3	10
قفزة العربية	4	4	2	10
قفزة اليدين الامامية	3	5	2	10
الوقوف على الاكتاف على المتوازي	3	4	3	10
الكب من الاستناد على الابطين على المتوازي	3	5	2	10
الهبوط الامامي على المتوازي	3	4.5	2.5	10

6-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

1. اجهزة تلفاز شاشة(29) عدد (2).
2. جهاز ساعة التوقيت.
3. جهازعرض الاقراص الليزرية (DVD).
4. جهاز كاميرات التصوير عدد(4).
5. جهاز المتوازي عدد (2) .
6. بسط اسفنجية اعتيادية عدد (10).
7. شريط القياس والميزان.

7-3 ضبط التجربة:

ومن خصائص العمل التجريبي أن يقوم الباحث متعمداً بمعالجة عوامل معينة تحت شروط مضبوطة ضبطاً دقيقاً لكي يتحقق من كيفية حدوث حالة أو حادث ويحدد أسباب حدوثها.[1]

ومن المتفق عليه أن سلامة التصميم التجريبي له جانبان أحدهما داخلي، والآخر خارجي. وقد حاول الباحث ضبط تلك المتغيرات على النحو الآتي:

أولاً: التحقق من السلامة الداخلية للتصميم:

تتحقق السلامة الداخلية للتصميم عندما يتأكد الباحث من أن العوامل الدخيلة قد أمكن من السيطرة عليها في التجربة بل لم تحدث أثراً في المتغير التابع غير الأثر الذي أحدثه الأسلوب التعليمي المتبع وهذه المتغيرات هي:

1. ظروف التجربة والحوادث المصاحبة لها: فيما يتعلق بهذا لم تتعرض التجربة طيلة مدة إجرائها إلى أي حادث يذكر.
2. أدوات القياس: تم السيطرة على هذا العامل باستخدام الأدوات نفسها من (بسط أسفنجية وأجهزة متوازي) مع مجموعتي البحث.
3. الاختيار في أفراد العينة: تم إستخدام طريقة الأختيار العشوائي للمجموعتين وقد جرى التجانس والتكافؤ بينهما كما ذكر سابقاً.
4. انقطاع الأفراد عن التجربة: لم يحدث خلال التجربة الرئيسة أي تغيب من قبل طلاب عينة البحث.

(1) ديوبولد ب فاندالين :مناهج البحث في التربية وعلم النفس،(ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخران (القاهرة مكتبة أنجلو المصرية 1984)، ص348.

ثانياً: التحقق من السلامة الخارجية للتصميم:

تتحقق السلامة الخارجية للتصميم عند التمكن من تعميم نتائج البحث خارج نطاق عينة البحث وفي مواقف تجريبية مماثلة.[1] وللتأكد من تحقيق السلامة الخارجية فقد عمد الباحث إلى أن تكون التجربة خالية من الأخطاء الأتية:

1. تفاعل الأختيار مع التجربة:ليس لهذا العامل تأثير وذلك لاختيار عينة البحث عشوائياً وتحقيق التجانس والتكافؤ بين المجموعتين كما ذكر سابقاً.
2. أثر الإجراءات التجريبية:لم يخبر الباحث الطلاب بأهداف البحث علماً بأنه كان نفس المدرس يدرس المجموعتين وتحت إشراف الباحث وبهذا زال تأثير هذا المتغير.
3. المادة التعليمية: لقد تم اختيار مهارات (دحرجة خلفية من الوقوف للوقوف على اليدين،قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط الحركات الارضية.ومهارات (الكب من الاستناد على الابطين، الوقوف على الاكتاف من المرجحة، الهبوط الامامي)على جهاز المتوازي، والمتمثلة بمفردات المنهج المقرر وكان بعيداً عن تحيزات الباحث.
4. مكان التجربة: تلقى طلاب المجموعتين في مكان واحد وهوقاعة الشهيد د.شاخه وان مجيد للجمناستك في كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين/أربيل.
5. توزيع الحصص: تم تنظيم جدول الدروس الأسبوعي لمادة الجماستك مع رئيس قسم التربية الرياضية، لمجموعتي البحث لكي تأخذ المجموعتان الدروس في اليوم نفسه وذلك لتفادي وقوع أحد الدروس في يوم عطلة وكما مبين في جدول (4).

(1) أحمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي؛ أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الأنسانية، ط1: (الأردن، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، 1987). ص172

جدول (5):

يبين توزيع الحصص في الأسبوع لطلاب المرحلة الثالثة

اليوم / الساعة	الأحد	الاربعاء
8.30	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية
10.30	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة

3-8 البرنامج التعليمي:

استخدم الباحث البرنامج التعليمي المقترح لاسلوب الاكتشاف الموجه وذلك بعد عرضه على الخبراء والمتخصصين[1] في مجال الجمناستك والتعلم الحركي وطرائق التدريس (الملحق 2) وتضمن البرنامج التعليمي (32) وحدة تعليمية موزعة على المجموعتين التجريبية والضابطة وبواقع (16) وحدة تعليمية لكل مجموعة اي (2) وحدتين تعليميتين لكل مهارة. وقد أستغرقت التجربة الفعلية (8) أسابيع وزعت خلالها الوحدات وبواقع وحدتين تعليميتان في الأسبوع للمجموعتين,وكان زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) دقيقة.

---

(1) أ.د. عامر محمد سعودي — تعلم الحركي / الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.
أ.د أحمد توفيق الجنابي — البايوميكانيك/ الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين
أ.د قتيبة التك — طرائق التدريس/الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل
أ.د عبد الرزاق كاظم الزبيدي — تعلم الحركي / الجمناستك — كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد
أ.م.د. اسماعيل ابراهيم محمد — بايوميكانيك / الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد.
أ.م.د.نداء أكرم سليم — طرائق التدريس /كرة القدم — كلية التربية الرياضية /جامعة صلاح الدين
أ.م.د حامد مصطفى حمد — طرائق التدريس /كرة اليد — كلية التربية الرياضية /جامعة صلاح الدين
م.د. عبدالجبار عبدالرزاق — علم التدريب / الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.
م.د. عامر سكران — بايوميكانيك / الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد.
م.د. شيروان صالح خضر — تعلم الحركي / الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين..
م.م حيدرغازي — علم التدريب / الجمناستك — كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.

3-9 التجربة الأستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الرئيسة ويجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسية ما أمكن ذلك حتى يتسنى الأخذ بنتائجها.[1] أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2008/3/8) على عينة من مجتمع البحث نفسه مكونة من (18) طالباً من السنة الدراسية الثالثة وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية مايأتي:

1. معرفة الصعوبات والمشاكل عند تنفيذ التجربة بغية تجاوزها.
2. التعرف على الوقت المستغرق في تطبيق مراحل الإكتشاف الموجه.
3. التعرف على صلاحية الأسئلة في مرحلة الأستكشاف وقابلية الطلاب لفهم الأسئلة وعدد الأسئلة المناسبة.
4. تكوين صورة واضحة عن كيفية تطبيق الإختبارات.
5. التأكد من قابلية مدرس المادة على تطبيق طريقة الإكتشاف الموجه.
6. التأكد من إنسيابية العمل ومدى صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة في التجربة.
7. تدريب أعضاء العمل المساعدة على كيفية تنفيذ الاختبارات.

3-10 تطبيق تجربة البحث الرئيسة:

نفذ البرنامج التعليمي الخاص على المجموعتين التجريبية والضابطة من قبل المدرس* وبإشراف الباحث وذلك لخبرته في مجال بحثه ساعدته على تنفيذ البرنامج التعليمي باسلوب الإكتشاف الموجه والأسلوب التقليدي في تعلم المهارات قيد البحث،حيث تم إعطاء مجموعتي البحث المادة التعليمية نفسها وتم تطبيق أسلوب الإكتشاف الموجه على المجموعة التجريبية المتمثلة بشعبة (B1)، والأسلوب

---

(1) قيس ناجي عبدالجبار وأحمد بسطويسي ؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي: (بغداد،مطبعة التعليم العالي،1984). ص 95

* أ.د أحمد توفيق الجنابي .إختصاص بايوميكانيك /جمناستك. كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين

التقليدي على المجموعة الضابطة المتمثلة بشعبة (A1) وكان الأختلاف بين المجموعتين فقط في القسم الرئيس أما القسمين (التحضيري والختامي) كانا متشابهان بالنسبة للمجموعتين التجريبية والضابطة وتم تطبيق التجربة النهائية بالشكل الأتي:

أولاً:المجموعة التجريبية (اسلوب الإكتشاف الموجه).

تعلمت المجموعة التجريبية بالخطوات التالية:

تعلمت هذه المجموعة خلال القسم الرئيسي باسلوب الاكتشاف الموجه وفق الخطوات الآتية:

1. يبدأ المدرس بمقدمة قصيرة عن المهارة في الجزء التعليمي وذلك عن طريق عرضها على شاشة التلفزيون لتكوين معرفة بسيطة عن المهارة بدون التفاصيل وعدم أعطاء المجال لفتح المناقشة.حيث أشار (Mark&Metheven,1991) إلى ان المدرس يقدم شرحاً موجزاً يساعد الطلاب على النمو المعرفي من خلال خبراتهم لتكوين مخططات جديدة.(1)
2. يقوم المدرس بعرض المهارة عن طريق الفديو وجهاز التلفاز بدءاً من مرحلة الأستكشاف، إذ يقوم المدرس بطرح الأسئلة (ملحق -9) على أفراد المجموعة التجريبية والغرض من هذه الأسئلة هي توليد نوع من الأستثارة المعرفية أي حالة (عدم الأتزان) لدى الطلاب لغرض جمع المعلومات وإكتشاف المفهوم (المهارة).
3. يقوم المدرس بتقديم المفهوم عن طريق جمع إجابات الطلاب حول الأسئلة بشكل منفرد أمام مسامع الأخرين عن طريق المناقشة ويشترك الجميع في المناقشة حول كل إجابة ويشترك المدرس بعرض المفهوم شرحا وتطبيقاً أمام الطلاب

1) Marek, Edmond & Methven Suzan;" Effects of the learning cycle upon student and classroom teacher performance:(Journal of Research in science teaching,Vol.(28), No.(1),1991). , P:43

وبيان السبب لأختيار الجواب الصحيح للأسئلة المعدة وهذا يساعد في تعديل الأخطاء اي المواءمة الصحيحة ورجوع الطلاب إلى حالة التوازن المعرفي، حيث نتيجة المناقشة تؤدي إلى التوصل إلى المفهوم الأمثل الذي يتعلق بالمهارة.

4. اخيراً ينتقل المدرس إلى مرحلة تطبيق المفهوم حيث يعطي المدرس مجموعة من التمارين التي تساعد الطلاب على تثبيت المهارة وتثبت من خلالها المفاهيم الخاصة بالمهارة لديهم وهنا يؤكد المدرس على تطبيق المعلومات التي إكتشفها الطلاب في مرحلة إستكشاف المفهوم وتشجيع الطلاب على تطبيقها إذ يتعرض الطلاب في هذه المرحلة إلى مواقف جديدة تدفعهم إلى التوسع في الفكرة أثناء التطبيق ودفعهم إلى إكتشاف جديد.

ثانياً: المجموعة الضابطة (الطريقة التقليدية).

نفذت هذه المجموعة خلال القسم الرئيس بالطريقة التقليدية وفق مايأتي:

1. في الجزء التعليمي يقوم المدرس بجمع الطلاب حوله ويشرح المهارة ويطبقها أمام الطلاب ويكررها مع بيان الأخطاء الشائعة ولا يكون للطلاب دور في المشاركة.
2. وفي الجزء التطبيقي يقوم المدرس بأعطاء التمارين الخاصة المساعدة لتعليم المهارة والقيام بتصحيح الأخطاء من خلال التكرارات.

3-11 تقويم الأداء الحركي:

إن لكل لعبة قانوناً خاصاً تقوم على أساسه أداء الحركات، إذ يعد طريقة حساب النقاط من الطرائق المهمة إذ أشار (عادل فاضل، 2005)اليها بأنه يتم فيها احتساب النقاط من خلال مشاهدة المهارة مباشرة كما في الجمناستك وفيها تقسم المهارة إلى اقسام متعددة ويعطى لكل قسم الدرجة الخاصة به وحسب اهمية ذلك القسم(ملحق 3). ولزيادة موضوعية التقويم يمكن استخدام الفيديو

والتصوير السينمائي حيث يتم التقويم من خلال عرض الفيلم على المقومين للتقويم.[1]

كما أشار (وجيه محجوب، 1987) الى أنه يمكن تحليل المهارات الرياضية التي تؤدي من قبل الرياضيين بإحدى الطرائق الأتية:[2]

الطريقة الأولى: أداء الحركة وتقويمها بوساطة الخبراء أو خبير عن طريق المشاهدة مع التسجيل.

الطريقة الثانية: أداء الحركة وتقويمها بعد تسجيلها صورياً عن طريق (فيلم) سينمائي أو فديوي ثم عرضها بوساطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من قبل الخبراء والمتخصصين في الجمناستك. واستعان الباحث بطريقة التصويرالفديوي وإعدادهاعلى (قرص مضغوط- CD) لتقويم الأداء الحركي لعينة البحث بوساطة أربعة مقومين* ذوي الخبرة والأختصاص في لعبة الجمناستك وفي مجال التحكيم في الجمناستك، وأستخدم كل منهم استمارة خاصة (ملحق -4) لأعطاء درجة لكل طالب عن مهارة ويؤخذ متوسط درجاتهم لإظهار الدرجة النهائية للمهارة الواحدة، حيث يتم خصم النقاط من الحركة حسب حدوث الخطأ.

(1) عادل فاضل؛ المهارة ومفهومها في التعلم الحركي، المصدر السابق، (أنت).

(2) وجيه محجوب(1987)؛ المصدر السابق.ص 273

* أ. د عامر محمد سعودي تعلم حركي /الجمناستك كلية التربية الرياضية /جامعة الموصل.
م.د. عبدالجبار عبدالرزاق مدرس الجمناستك/حكم دولي كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.
م.د. شيروان صالح خضر مدرس الجمناستك /حكم درجة أولى كلية التربية الرياضية/جامعة صلاح الدين.
م.م. حيدر غازي مدرس الجمناستك/حكم دولي كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل.

12-3 موضوعية التقويم:

للتأكد من موضوعية التقويم قام الباحث بأخذ (10) درجات عشوائية من درجات التقويم النهائي للمحكمين الاثنين اللذين تم تحديدهما عشوائياً بعد إستبعاد درجات المحكمين الآخرين وتم التاكد من موضوعية التقويم بإستخدام معامل ارتباط سبيرمان حيث بلغت قيم الأرتباطات للمهارات وكم يلي (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية)على جهاز بساط الحركات الارضية ومهارات (الكب من الاستناد على الابطين، الوقوف على الاكتاف من المرجحة، الهبوط الامامي)على جهاز المتوازي بالتسلسل (0.86 0.88، 0.89)و(0.87،0.94،0.91) يتضح أن قيم الارتباط تدل على موضوعية التقويم بين درجات المحكمين، إذ ان الاختبار الموضوعي هو الذي لايحدث فيه تباين بين آراء المحكمين اذا قام بالتحكيم للمختبر اكثر من محكم.[1]

13-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي الذي بدأ بتأريخ (2008/3/26) حتى نهاية البرنامج التعليمي الذي أنتهى في تأريخ (2008/5/26) قام الباحث بتطبيق الاختبار البعدي أي بعد ثمانية أسابيع من تأريخ بدء التجربة وطبق الاختبار البعدي للمهارات (دحرجة خلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهازبساط الحركات الارضية ومهارات (الكب من الاستناد على الابطين،الوقوف على الاكتاف من المرجحة، الهبوط)على جهاز المتوازي على المجموعتين التجريبية والضابطة وتم تصويرها وذلك لأجل إعدادها للمحكمين.

(1) محمد صبحي حسانين وحمدي عبدالمنعم ؛ التقويم والقياس في التربية البدنية، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي،1987)، ص359.

14-3 قياس نسبة الأحتفاظ:

من أجل قياس احتفاظ المهارات المشمولة بالبحث للمجموعتين التجريبية والضابطة أعيد تطبيق الأختبار تحت نفس ظروف الاختبارات البعدية نفسها وذلك بعد (2) أسبوعين بعد الاختبار البعدي بتأريخ (2008/6/11).

15-3 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الأتية في معالجة البيانات:

1. الوسط الحسابي:[1]

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

2. الإنحراف المعياري:[2]

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma(X-\overline{X})^2}{n-1}}$$

3. الإختبار التائي لعينتين مستقلتين:[3]

$$t = \frac{X - Y}{\sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{n-1}}}$$

---

(1) محمد صبحي أبو صالح وآخرون؛مقدمة في الطرق الإحصائية،ط1:(عمان،دار اليزوري،2000)، ص57.

(2) عدنان حسين الجادري؛الأحصاء الوصفي في العلوم التربوية، ط1:(عمان،دار المسيرة،2003)، ص209.

(3) عباس محمود عوض ؛ علم النفس الأحصائي: (القاهرة، دار الجامعية،1984) ، ص147.

4. الإختبار التائي لعينتين مترابطتين

$$T = \frac{X^{-}}{\frac{S/\sqrt{}}{n}}$$

5. معامل إرتباط سبيرمان[4]:

$$r = 1 - \frac{6\sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

(4)غريب محمد سيد أحمد ،الأحصاء والقياس في البحث الأجتماعي:(الأسكندرية، دار المعرفة،1987).ص205

الباب الرابع



عرض النتائج ومناقشتها

الباب الرابع
عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض النتائج ومناقشتها:

4-1-1 عرض نتائج تاثير اسلوبي الإكتشاف الموجه والتقليدي ومناقشتها:

تم عرض نتائج البحث ومناقشتها على وفق فرضيات البحث على حدة وكالأتي:

- **الفرضية الاولى:**

"هناك تأثير لاسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في تعلم بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك لدى طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين/أربيل".

للتحقق من صحة الفرضية الأولى،تم إستخدام إختبار (ت) للعينات المترابطة للتعرف على الفروق الإحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية.

الجدول(6):

يبين المعالم الاحصائية وقيمة (t) المحتسبة بين الاختبارات القبلية والبعدية في الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية

المهارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة(ت)* المحتسبة	الدلالة
		س	±ع	س	±ع		
الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين	درجة	2.2	0.767	6.95	1.05	* 16.43	معنوية
قفزة العربية	درجة	1.85	0.745	6.8	1.196	*14.72	معنوية
قفزة اليدين الامامية	درجة	2.45	0.759	6.55	0.827	* 14.67	معنوية
الكب من الاستنادعلى الابطين	درجة	2.5	0.827	4.55	0.998	* 6.76	معنوية
الوقوف على الاكتاف على المتوازي	درجة	1.9	0.911	6.55	0.825	* 21.04	معنوية
الهبوط على المتوازي	درجة	2.05	0.825	6.60	1.09	* 13.86	معنوية

* قيمة (t) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ (0.05) امام درجة حرية (19) يساوي (2.09)

يتبين من الجدول (6) ان قيم (t)المحتسبة للمهارات الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط الحركات الارضية ومهارات (الكب من الاستناد على الابطين، الوقوف على الاكتاف، الهبوط الامامي) على جهاز المتوازي ضهرت قيمتها اكبر من قيمة (t) الجدولية وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارات القبلية والبعدية

ولصالح الاختبار البعدي مما يدل على التأثير الايجابي للبرنامج التعليمي وفق اسلوب الإكتشاف الموجه وبهذه النتيجة تقبل الفرضية الاولى للبحث.

الجدول(7)

يبين المعالم الاحصائية وقيمة (t) المحتسبة بين الاختبارات القبلية والبعدية في الاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة

المهارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة(ت)* المحتسبة	الدلالة
		س	±ع	س	±ع		
الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين	درجة	2.3	0.864	5.05	1.503	7.312	معنوية
قفزة العربية	درجة	2.05	0.825	4.7	1.301	8.545	معنوية
قفزة اليدين الامامية	درجة	2.65	0.67	4.15	1.268	5.09	معنوية
الكب على المتوازي	درجة	2.75	0.716	4.85	0.988	7.764	معنوية
الوقوف على الاكتاف على المتوازي	درجة	2.05	0.998	5.05	0.887	10.338	معنوية
الهبوط على المتوازي	درجة	2.35	0.933	4.65	1.136	6.458	معنوية

* قيمة (t) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ (0.05)أمام درجة حرية (19) يساوي (2.09)

يتبين من الجدول (7) أن قيم(t)المحتسبة للمهارات (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط

الحركات الارضية ومهارات (الكب من الاستناد على الابطين، الوقوف على الاكتاف، الهبوط الامامي) على جهاز المتوازي ظهرت قيمتها أكبر من قيمة(t)الجدولية وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبار البعدي مما يدل على التأثير الايجابي للبرنامج التعليمي وفق الاسلوب التقليدي وبهذه النتيجة تقبل الفرضية الاولى للبحث .

يتبين من الجدول (6، 7) تأثير البرنامج التعليمي على وفق الاسلوبين (الاكتشاف الموجه و التقليدي) ويعزو الباحث هذه النتيجة الى تأثير البرنامج التعليمي وفق الاسلوبين حيث وجد تقدماً واضحاً عند أفراد المجموعتين في الاختبارات البعدية ولكن بنسب متفاوتة،إذ يشير علاوي أن لأساليب التعلم أهمية بالغة في العملية التعليمية وأن هذه الاساليب تؤثر في سرعة التعلم وفي درجة الاشباع في التعلم[1]

كما يؤكد لطفي الى أن التكيف الصحيح لاسلوب التعلم يعتمد على التفهم السليم للعوامل والمبادئ التي لها صلة بالموضوع لكي تثبت اثرها وقيمتها في مواقف تعليمية معينة.[2]

لذلك فإن هذاين الاسلوبين لن يكونا متوازيين في تأثيرهما فمن خلال الجدولين يتبين أن تأثير اسلوب الإكتشاف الموجه كانت بدرجة أكبر من الاسلوب التقليدي في تعلم المهارات المحددة على جهاز بساط الحركات الارضية والمتوازي، ويعزى ذلك الى فاعلية اسلوب الإكتشاف الموجه، إذ ان التعلم باسلوب الإكتشاف الموجه يهدف الى جعل المتعلم يفكر وينتج مستخدماً معلوماته وقابلياته المهارية والبدنية والعقلية للوصول الى الهدف المنشود.[3]

---

(1) نزار الطالب ؛"مبادئ علم النفس الرياضي"،ط1: (العراق،مطبعة الشعب بغداد 1976).

(2) لطفي عبد الفتاح ؛طرائق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي، (دار الكتب الجامعة المستنصرية 1972).

(3) محمد محمود الحيلة ؛"التربية المهنية وأساليب تدريسها:(عمان دار المسيرة للنشر،1998)، ص138.

2-4 عرض نتائج الفرق بين اسلوب الاكتشاف الموجه والاسلوب التقليدي في الاختبار البعدي ومناقشتها:

- **الفرضية الثانية:**

" وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في الاختبار البعدي لبعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك"

للتحقق من صحة الفرضية الثانية، تم إستخدام إختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على الفروق الإحصائية بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية.

الجدول(8):

يبين المعالم الاحصائية وقيمة (t)المحتسبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية للمهارات المحددة

المهارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة(ت)* المحتسبة	الدلالة
		س	±ع	س	±ع		
الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين	درجة	6.95	1.05	5.05	1.503	4.63	معنوية
قفزة العربية	درجة	6.8	1.196	4.7	1.301	5.31	معنوية
قفزة اليدين الامامية	درجة	6.5	0.827	4.15	1.268	6.942	معنوية
الكب على المتوازي	درجة	4.55	0.998	4.85	0.988	0.955	غير معنوية
الوقوف على الاكتاف من المرجحة على المتوازي	درجة	6.55	0.825	5.05	0.887	5.53	معنوية
الهبوط على المتوازي	درجة	6.6	1.09	4.65	1.136	5.524	معنوية

* قيمة (t) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ (0.05) أمام درجة حرية (38) يساوي (2.02)

يتبين من الجدول (8) ما يأتي:

أن قيمة (t)المحتسبة ظهرت أكبر من قيمة (t) الجدولية لمهارات (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط الحركات الارضية ومهارتي

(الوقوف على الاكتاف والهبوط الامامي) على جهاز المتوازي وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في تلك المهارات، وبمراجعة الاوساط الحسابية يتضح أن هذا الفرق هو لصالح المجموعة التجريبية التي درست على وفق اسلوب الإكتشاف الموجه.وبهذه النتيجة تقبل فرضية البحث.

ويعزى أسباب ذلك الى أن التعلم وفق اسلوب الإكتشاف الموجه يضمن مشاركة فعالة لدى الطالب إذ تولد لديه الشعور بالمسؤلية في عملية التعلم الامر الذي يؤدي الى تسهيل التعلم فضلاً عن أن هذا الاسلوب يشجع على التفكير العلمي وكذلك تنمية التوجيه الذاتي في محاولات تعلم المهارات، كما يثير هذا الاسلوب تفكير الطالب ويعمل على تشويقه ويجعله إيجابياً بإكتشافه لادق تفاصيل المهارات مما يؤدي الى إستيعاب النواحي الفنية للمهارة وبأحسن ما يمكن، كما يعزى التأثير الايجابي لافراد المجموعة التجريبية الى أن هذا الاسلوب يجعل الدرس أكثر حيوية ويزيد من نشاط الطلاب وتفاعلهم مع مدرس المادة و زملائهم بعكس الاسلوب التقليدي الذي يعتمد على التلقين والشرح وتثبيت المهارة وتكرارها، إذ يشير محمد محمود (2001) الى أن اسلوب الإكتشاف الموجه يهدف الى جعل المتعلم يفكر وينتج مستخدماً معلوماته وقابلياته في عمليات عقلية وعملية، تنتهي بالوصول الى النتائج وهنا لم يعد دور المعلم ملقناً أو مجيباً عن الاسئلة بل أصبح موجهاً ومرشداً للطلبة يعينهم على البحث والتقصي من خلال مواقف معينة أو أسئلة تفكيرية تتحدى تفكيرهم وتحثهم على البحث.[1]

وتتفق هذه النتيجة مع وجهة نظر برونر التي تقول "أن المعرفة التي يكتسبها المتعلم خلال الاكتشاف تحتل منزلة خاصة في ذهنه،فما يتم تعلمه بالاكتشاف يتم بفاعلية وكفاية" [2]

---

(1) محمد محمود الحيلة؛ طرائق التدريس وإستراتيجياته، ط1:(العين، دار الكتب الجامعي،2001)ص303

(2) محمد خليل؛ الرياضيات مناهجها واصول تدريسها، ط1:(عمان، دار الفرقان، 1993)

كما يتبين من الجدول (8) أن قيمة (t)المحتسبة لمهارة الكب كانت أصغر من قيمة (t) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في هذه المهارة وبهذه النتيجة ترفض فرضية البحث وتقبل الفرضية الصفرية القائلة بأنه لاتوجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاسلوبين في تعلم مهارةالكب. ويعزى سبب هذه النتيجة الى أن هذه المهارة تعد من المهارات الصعبة التي تتطلب قدرات مختلفة من الطالب للتعامل مع جهاز المتوازي في أوضاع مختلفة من الجسم فضلاً عن انها تعتمد على عوامل عدة منها (القوة الانفجارية، السرعة الحركية لعضلات البطن والاطراف العلياوالسفلى). لذا فإن تعلم مهارة الكب وإتقانها تتطلب فترة طويلة من الممارسة والتدريب، (فالتدريب لاكتساب القدرة على أداء عمل معين يتميز بدرجة من الصعوبة يتطلب أن تكون فترات الممارسة طويلة).[1]

والتفسير الآخر والمحتمل هو أن زيادة الدافع وعلى الخصوص في المهارات الصعبة التي تتطلب قدراً من التركيز سوف تخلق نوع من التوتر تؤثر في مستوى الاداء المهاري للطالب الامر الذي يتعارض مع كل من التعلم والممارسة.

إذ أن العلاقة بين الدوافع وحسن الاداء ليست علاقة طردية بسيطة حيث أن زيادة الدافع سيؤدي الى الاداء الاضعف وعلى الخصوص في المهارات الصعبة وأن زيادة الدافع سيؤثر سلبياً على الفعاليات الحركية التي تحتاج الى تركيز وترابط عضلي دقيق وعلى تعلم المهارات والفعاليات المعقدة، لذلك فإن أحسن الظروف للأداء الحركي في المهارات الصعبة هي الظروف التي يكون فيها الدافع منخفض نسبياً.[2]

(1) أحمد خاطر وآخرون ؛" دراسات في التعلم الحركي "(مصر، دار المعارف الاسكندرية، 1978).ص42

(2) نزار الطالب ؛ مبادئ علم النفس الرياضي:ط1: (العراق، مطبعة الشعب بغداد 1976). ص74-75

كما أن المستوى العالي من الدافعية يتعارض مع الاداء الذي يتضمن حركات عضلية دقيقة وتوافق وتركيز، كما يتعارض مع تعلم المهارات الحركية الصعبةوالمعقدة.(3)

3-4 عرض نتائج الفرق بين اسلوب الاكتشاف الموجه والاسلوب التقليدي في الاحتفاظ ومناقشتها:

- **الفرضية الثالثة:**

"وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في احتفاظ بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك" للتحقق من صحة الفرضية الثالثة تم إستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على الفروق الإحصائية بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الاحتفاظ.

جدول (9):

يبين دلالة الفروق لأختبار الاحتفاظ بين مجموعتى البحث

المهارات الحركية	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحتسبة	الدلالة
	س̅	±ع	س̅	±ع		
الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين	0.025	0.111	1.3	1.218	4.66	معنوية
قفزة العربية	0.5	0.707	1.35	1.08	2.92	معنوية
قفزة اليدين الامامية	0.45	0.51	1.3	1.031	3.304	معنوية

(3) عبد الفتاح لطفي :"طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي".(مصر،دار الكتب الجامعية– الاسكندرية 1972). ص 173

المهارات الحركية	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحتسبة	الدلالة
	س̄	±ع	س̄	±ع		
الكب من الاستناد على الابطين	0.6	0.598	0.45	0.51	0.853	غير معنوية
الوقوف على الاكتاف على اللمتوازي	0.25	0.444	2.05	0.604	10.727	معنوية
الهبوط الامامي	0.5	0.512	0.45	0.601	0.282	غير معنوية

قيمة (t) الجدولية عند نسبة الخطأ ≤ (0.05)أمام درجة حرية (38) يساوي (2.02)

يتبين من الجدول (9) أن قيم (t)المحتسبة لمهارات (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية،قفزة اليدين الامامية)على جهاز بساط الحركات الارضية، ومهارة (الوقوف على الاكتاف)على جهاز المتوازي أكبر من قيم (t)الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين اسلوبي الإكتشاف الموجه والتقليدي في الإحتفاظ بهذه المهارات وبهذه النتيجة تقبل فرضية البحث، وبمراجعة الاوساط الحسابية يتضح أن الفرق هو لصالح افراد المجموعة التجريبية التي تعلمت وفق اسلوب الإكتشاف الموجه حيث تبين أن درجة فقدانهم لتلك المهارات في إختبار الإحتفاظ كانت اقل من درجة فقدان أفراد المجموعة الضابطة مما يدل على إحتفاظ أفراد المجموعة التجريبية للمهارات بدرجة أكبر ويعزى ذلك الى أن اسلوب الإكتشاف الموجه يساعد على إحتفاظ المهارات وتثبيتها من خلال الدور الايجابي للمتعلم الذي يقوم به خلال عملية الإكتشاف الموجهة من قبل المدرس بعكس الاسلوب التقليدي الذي يلقن فيه المتعلم دون تفعيل دوره في المواقف التعليمية والتي تؤثر على تثبيت المهارة والاحتفاظ بها، إذ يشير الازيرجاوي (1991)الى أن اسلوب الإكتشاف الموجه يجعل دور الطالب في العملية التعليمية أكثر نشاطاً من خلال تفاعله مع مدرس المادة من جهة ومع مادة الدرس من جهة أخرى إذ إن هذا الاسلوب يهدف الى تعلم المهارة عندما تقدم المادة التعليمية بشكل

ناقص وغير مكتمل وتشجعهم على تنظيمها وإكمالها وإكتشاف العلاقات بين المعلومات.[1]

كما يتبين من الجدول (9) ان قيم(t)المحتسبة لمهارتي (الكب والهبوط)على جهاز المتوازي كانت أصغر من قيمة(t)الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اسلوبي الإكتشاف الموجه والتقليدي في الاحتفاظ بالمهارتين وبهذه النتيجة ترفض فرضية البحث وتقبل الفرضية الصفرية،ويعزى ذلك الى تكافؤ الاسلوبين في الاحتفاظ بهاتين المهارتين.

(1) فاضل محسن الازيرجاوي؛ أسس علم النفس التربوي، (العراق، دارالكتب للطباعة و النشر 1991)، ص510.

الباب الخامس



الإستنتاجات والتوصيات

الباب الخامس

الإستنتاجات والتوصيات

1) الإستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث استنتج الباحث ما يأتي:

1. فاعلية إستخدام اسلوبي الاكتشاف الموجه والتقليدي في تعلم المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي.
2. تفوق اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم مهارات (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط الحركات الارضية ومهارتي (الوقوف على الاكتاف، الهبوط الامامي) على جهاز المتوازي على الطريقة التقليدية.
3. تكافؤ اسلوب الإكتشاف الموجه مع الاسلوب التقليدي في تعلم مهارة الكب على جهاز المتوازي.
4. تفوق اسلوب الاكتشاف الموجه في الاحتفاظ لمهارة (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط الحركات الارضية ومهارة (الوقوف على الاكتاف) بنسبة أكبر من طريقة التقليدية
5. تكافؤ اسلوب الإكتشاف الموجه مع الاسلوب التقليدي في نسبة الأحتفاظ في كل من مهارتي (الكب والهبوط) على جهاز المتوازي.

2) التوصيات:

في ضوء استنتاجات البحث التي توصل الباحث فإنه يوصي بما يأتي:

1. التأكيد على إستخدام اسلوب الإكتشاف الموجه في تعلم المهارات على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي بالجمناستك بوصفه أكثر فاعلية من الاسلوب التقليدي.
2. إجراء بحوث مماثلة مع قياس الجانب المعرفي لأجل قياس مستوى تطور الجانب المعرفي.
3. إعداد برامج تعليمية للمعلمين والمدرسين لتدريبهم كيفية تطبيق اسلوب الاكتشاف الموجه في التعلم وكذلك كيفية وضع الخطط لتطبيق هذه الطريقة في العملية التعليمية.
4. تدريب الطلاب في أقسام وكليات التربية الرياضية على كيفية ادارة المواقف التعليمية على وفق اسلوب الإكتشاف الموجه.
5. إستكمالاً للبحث الحالي يقترح الباحث إجراء دراسات مماثلة لمعرفة تأثير اسلوب الإكتشاف الموجه على أجهزة أخرى في الجمناستك وفي فعاليات أخرى مختلفة في التربية الرياضية.

ملحق (1):

إستمارة استبيان

لتحديد عناصر اللياقة البدنية وإختبارات قياسها

السيد .... المحترم

تحية طيبة:

في النية إجراء البحث الموسوم بـ " تأثير استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في اكتساب واحتفاظ بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك" ولكونكم الخبراء في هذا المجال أرجو التفضل بذكر عناصر اللياقة البدنية التي تؤثر في مهارات قيد البحث وحسب الأهمية والأولوية في تعلم المهارات (الدحرجة الخلفيةمن الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية على جهاز بساط الحركات الارضية، (الكب من الاستناد على الابطين، الوقوف على الكتف من الرجحة، الهبوط الامامي) على جهاز المتوازي كما يرجى ذكر الأختبارات المناسبة لقياس العناصر التي ترونها مناسبة، علماً أن العينة هم طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربيةالرياضية بجامعة صلاح الدين/أربيل.

ولكم فائق الشكر والتقدير

الباحث: منيب صبحي شهاب

استمارة أستبيان لتحديد عناصر اللياقة البدنية وإختبارات قياسها

ت	عناصر اللياقة البدنية	الجزء	التسلسل	الاختبار المقترح
1	القوة العضلية			
أ	القوة القصوى			
ب	القوة الأنفجارية			
ج	القوة المميزة بالسرعة			
د	مطاولة القوة			
2	السرعة			
أ	السرعة القصوى			
ب	سرعة رد الفعل			
ج	السرعة الحركية			
د	السرعة الأنتقالية			
هـ	مطاولة السرعة			
3	المرونة			
4	الرشاقة			
5	التوازن			
6	التوافق الحركي			

الملحق (2):

استبيان آراء الخبراء:

السيد ....المحترم.

تحية طيبة:

في النية إجراء البحث الموسوم (تأثير استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في إكتساب واحتفاظ بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك)، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في هذا المجال يأمل الباحث مساعدتكم وإسهامكم الخيّر في إبداء آراءكم حول صلاحية البرنامج التعليمي وفق اسلوب (الاكتشاف الموجه) وإمكانية تطبيقه على افراد عينة البحث والمتمثلة بطلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية- جامعة صلاح الدين/أربيل.

مع فائق الشكر والتقدير...

ملحوضة: الاكتشاف الموجه:

1) عرفه هايمان (hyman 1973)(بأنه الطريقة التي يختارها المدرس لحل المشكلات والمواد اللازمة للفصل وبصفة عامة ويقوم بدور مباشر وذلك بتوجيه الاسئلة التي سوف تقود الطلاب الى التوضيح المرغوب فيه)(هايمان، 1976، 137)
2) عرفه(لبيب 1974) بانه طريقة تتيح للطالب اكتشاف المعرفة بنفسه من خلال التعرف على الاشياء بالتجريب والتفكير ويتوصل الى النتائج ويفسرها متبعا في ذلك الاسلوب العلمي في التفكير.(لبيب، 1974، 35)

3) عرفه (العاني1972) بأنه توجيه بسيط من المدرس بحيث يستطيع الطلاب ان يتعلمو بانفسهم ويكتشفوا المفاهيم والقوانين ويكون دور المدرس مساعدتهم للوصول الى الاجابة عن طريق طرح اسئلة مختلفة بدون أن يقدم الاجابات (العا ني، 1982، 40)

4) عرفه(ساندوكارين 1975) بأنه الاسلوب الذي يعمل فيه المعلم على تزويد تلاميذه بنشاط يؤدونه خطوة بخطوة فالمعلم يخطط المشكلة ويعطي المواد والمعدات المطلوبة ويشجع التلاميذ على القيام بتوضيح الدرس بانفسهم.(sund&carin 111،1975).

الباحث

منيب صبحي شهاب

انموذج لوحدة تعليمية وفق اسلوب الاكتشاف الموجه

الوحدة التعليمية / 　　　　　　　　　　　　 الزمن :90

الزمن الفعلي لاسلوب الاكتشاف الموجه (40)د

الهدف :تعليم الطلاب مهارة الوقوف على الأكتاف من المرجحة على المتوازي 　　 التأريخ /

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
القسم الإعدادي المقدمة الإحماء	20 5 د 15 د	تهيئة الطلاب وأخذ الغياب شكل(1) تمارين عامة وخاصة لتهيئة الجسم شكل (2)	شكل (1) شكل (2)
القسم الرئيسي الجزء التعليمي:	40 د 20 د 5 د	مقدمة قصيرة عن المهارة وعرضها على شاشة التلفزيون امام الطلاب شكل(3) .طرح أسئلة عن المهارة لكي يقوم الطلاب بايجاد الحلول لها.والاسئلة س/كيف يكون الوضع البدائي في القسم التحضيري؟ س/كيف تكون حالة الجسم في حالة الوقوف على الاكتاف؟ س/ كيف يكون وضع الذراعين عند مسك عارضتي المتوازي في الوقوف على الاكتاف؟كيف تكون القسم النهائي للحركة؟	TV شكل (3)
	5 د	اكتشاف المهارة :ينتشر الطلاب لايجاد الحلول للأسئلة التي تم طرحها بتوجيه وارشاد المدرس شكل(4).	شكل (4)

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
	10 د	التحقق من الحلول سيتم في هذه المرحلة التحقق من الحلول بمقارنة الطالب ادائه المصور بالنمودج الدي يتم عرضها بواسطة جهازالتلفاز والفديو طوال مدة المحاضرة . شكل (5) .	TV TV شكل (5)
الجزء التطبيقي:	20 د	تطبيق المهارة :يتم ممارسة كل تمرين على شكل ذاتي بتوجيه وارشاد المدرس شكل(6).	
التمرين 1	5 د	- متوازي منخفض(جلوس فتحا ،مسك العارضتين)ميل الجذع للامام لسند الكتفين على العارضتين وفتح المرفقين خارجا	
التمرين 2	5 د	- متوازي منخفض(جلوس فتحا) الوقوف على الكتفين واعادتها	
التمرين 3	5د	- متوازي عالي (من الارتكاز زاوية) مرجحة الرجلين اسفل خلفا للوقوف على الكتفين .	
التمرين 4	5 د	- متوازي عالي أداء الحركة من الارتكازعلى اليدين بالمرجحة ثم الوقوف على الكتفين شكل (6)	
الجزء التطبيقي لجهاز الحلق	25د	يعطى من قبل مدرس المادة وفق المنهج الدراسي المقرر .لاعلاقة للبرنامج بهذا الجزء .لانه خارج البرنامج التعليمي	شكل (6) (الحلق لايتضمن البرنامج التعليمي)

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
القســـــم الختامي	5 د	تمارين التهدئة والانصراف شكل (7) .	شكل (7)

انموذج لوحدة تعليمية وفق اسلوب الاكتشاف الموجه

الزمن: (90) د الوحدة التعليمية:

الزمن الفعلي لاسلوب الاكتشاف الموجه :(40) د التأريخ:

الهدف:تعليم مهارة قفزة اليدين الامامية

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
القسم الإعدادي المقدمة الإحماء	20 د 5 د 15 د	تهيئة الطلاب وأخذ الغياب شكل (1) تمارين عامة وخاصة لتهيئة الجسم شكل (2)	شكل (1) شكل (2)
القسم الرئيسي الجزء التعليمي:	40 د 20د 5 د	مقدمة قصيرة عن المهارة (قفزة اليدين الامامية) وعرض المهارة على شاشة التلفزيون امام الطلاب، شكل (3) وطرح الاسئلة عن المهارة لكي يقوم الطلاب بايجاد الحلول لها والاسئلة س/كيف تكون القسم التحضيري للحركة س/ ماهي المسافة المناسبة عند وضع اليدين على الأرض ؟ س/ كيف يكون حالة الساق والرجلين عند اداء قفزة اليدين الامامية؟ س/ كيف يكون خط سير الحركة في مهارة قفزة اليدين الامامية	TV شكل (3)

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
الجزء التطبيقي: تمرين 1 تمرين 2 تمرين3 تمرين 4	5 د	إكتشاف المهارة :ينتشر الطلاب لايجاد الحلول للأسئلة التي تم طرحها بتوجيه وارشاد المدرس . شكل(4).	شكل (4)
	10 د	التحقق من الحلول سيتم في هذه المرحلة التحقق من الحلول بمقارنة الطالب أداءه المصور بالنموذج الذي يتم عرضها بواسطة جهازالتلفاز والفديو طوال مدة المحاضرة . شكل (5) .	TV TV شكل (5)
الجزء التطبيقي لجهاز العقلة	20 د 5 د 5 د 5د 5 د 25 د	تطبيق المهارة :يتم ممارسة كل تمرين على شكل ذاتي بتوجيه وارشاد المدرس . - الجري خطوتين أو ثلاث ثم الحجل - حجلة و وقوف على اليدين - يقف اللاعب مستندا على الحائط مع ثني الذراعين والاستناد بهما خلف الرأس ثم يدفع اللاعب الحائط بقوة . - أداء الحركة كاملة على الارض شكل (6) يعطى من قبل مدرس المادة وفق المنهج الدراسي المقرر ولا علاقة للباحث بهذا الجزء لانه خارج البرنامج التعليمي	شكل (6) (العقلة لا يتضمن البرنامج التعليمي)
القسم الختامي	5 د	تمارين تهدئة واتصرافشكل (7) .	شكل (7)

انموذج لوحدة تعليمية وفق اسلوب الاكتشاف الموجه

الزمن: (90) د — الوحدة التعليمية:

الزمن الفعلي لاسلوب الاكتشاف الموجه :(40) د — التأريخ:

الهدف:تعليم مهارة قفزة اليدين الامامية

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
القسم الإعدادي المقدمة الإحماء	20 د 5 د 15 د	تهيئة الطلاب وأخذ الغياب شكل (1) تمارين عامة وخاصة لتهيئة الجسم شكل (2)	شكل (1) شكل (2)
القسم الرئيسي الجزء التعليمي:	40 د 20د 5 د	مقدمة قصيرة عن المهارة (قفزة اليدين الامامية) وعرض المهارة على شاشة التلفزيون أمام الطلاب. شكل (3) وطرح الاسئلة عن المهارة لكي يقوم الطلاب بايجاد الحلول لها والاسئلة.س/كيف تكون القسم التحضيري للحركة س/ ماهي المسافة المناسبة عند وضع اليدين على الأرض ؟ س/ كيف يكون حالة الساق والرجلين عند أداء قفزة اليدين الامامية؟ س/ كيف يكون خط سير الحركة في مهارة قفزة اليدين الامامية	TV شكل (3)

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
	5 د	إكتشاف المهارة:ينتشر الطلاب لايجاد الحلول للأسئلة التي تم طرحها بتوجيه وارشاد المدرس. شكل(4).	شكل (4)
	10 د	التحقق من الحلول سيتم في هده المرحلة التحقق من الحلول بمقارنة الطالب أداءه المصور بالنموذج الذي يتم عرضها بواسطة جهازالتلفاز والفديو طوال مدة المحاضرة. شكل (5).	TV TV شكل (5)
الجزء التطبيقي: تمرين 1 تمرين 2 تمرين3 تمرين 4 الجزء التطبيقي لجهاز العقلة	20 د 5 د 5 د 5د 5 د 25 د	تطبيق المهارة:يتم ممارسة كل تمرين على شكل ذاتي بتوجيه وارشاد المدرس. - الجري خطوتين أو ثلاث ثم الحجل - حجلة ووقوف على اليدين - يقف اللاعب مستندا على الحائط مع ثني الذراعين والاستناد بهما خلف الراس ثم يدفع اللاعب الحائط بقوة. - أداء الحركة كاملة على الارض شكل (6) يعطى من قبل مدرس المادة وفق المنهج الدراسي المقرر ولا علاقة للباحث بهذا الجزء لانه خارج البرنامج التعليمي	شكل (6) (العقلة لا يتضمن البرنامج التعليمي)

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي
القســـــم الختامي	5 د	تمارين تهدئة وانصراف شكل (7).	شكل (7)

النموذج لوحدة تعليمية وفق اسلوب الاكتشاف الموجه

الزمن: (90) د — الوحدة التعليمية:

الزمن الفعلي لاسلوب الاكتشاف الموجه :(40) د — التأريخ:

الهدف:تعليم مهارة قفزة اليدين الامامية

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانـــــب التنظيمـــــي والملاحظات التعليمية
القســـم الإعدادي المقدمة الإحماء	20 د 5 د 15 د	تهيئة الطلاب وأخذ الغياب تمـــارين عامــــة وخاصـــة لتهيئـــة الجسم	
القســـم الرئيسي الجـــــزء التعليمي:	40 د 20 د 5 د	مقدمــة قصـيرة عــن المهــارة (قفــزة اليــدين الامامـيــة) وعــرض نمــوذج تطبيقي من قبل المدرس	
	15د	تطبيق المهارة مع شرح أجزائها من قبــل المـــدرس وإســـتخدام التغذيـــة الراجعـــة التصـــحيحية وتطبيـــق المهارة من قبل الطلاب	

الأجزاء	الزمن	طريقة التنفيذ	الجانب التنظيمي والملاحظات التعليمية
الجزء التطبيقي تمرين 1 تمرين 2 تمرين3 تمرين 4	20 د 5 د 5 د 5د 5 د	تطبيق المهارة:يتم ممارسة كل تمرين بتوجيه وارشاد المدرس. - الجري خطوتين أو ثلاث ثم الحجل - بعد الحجلة الوقوف على اليدين - يقف اللاعب مستندا على الحائط مع ثني الذراعين والاستناد بهما خلف الرأس ثم يدفع اللاعب الحائط بقوة. - أداء الحركة كاملة على الارض	
الجزء التطبيقي لجهاز العقلة	25 د	يعطى من قبل مدرس المادة وفق المنهج الدراسي المقرر ولا علاقة للباحث بهذا الجزء لانها خارج البرنامج التعليمي	
القسم الختامي	5د	تمارين تهدئة وانصراف	

ملحق (3):

جامعة صلاح الدين

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا /ماجستير

استبيان استطلاع آراء المتخصصين للتعرف على مدى صلاحية الإستمارة المعدة حسب البناء الظاهري لتقويم فن الأداء لبعض المهارات الحركية قيد البحث

الأستاذ الفاضل الدكتور .... المحترم

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم بـ

"تأثير إستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في إكتساب واحتفاظ بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك." على طلاب السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين/أربيل، ولكونكم من ذوي الاختصاص والخبرة في هذا المجال يرجى تفضلكم بما يأتي:

- تحديد صلاحية الاستمارة المرفقة لتقييم فن اداء المهارات الحركية قيد البحث.
- تحديد الدرجات لكل قسم من أقسام الحركة حسب البناء الظاهري للحركة

أي ملاحظة تتفضلون بإضافتها.

ولكم الشكر والتقدير

الباحث: منيب صبحي شهاب

الملاحق

- الاسم:
- اللقب العلمي:
- التأريخ:
- التوقيع

المرفق رقم (1):

مهارة الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين على جهاز بساط الحركات الارضية النواحي الفنية للأداء حسب أقسام الحركة:

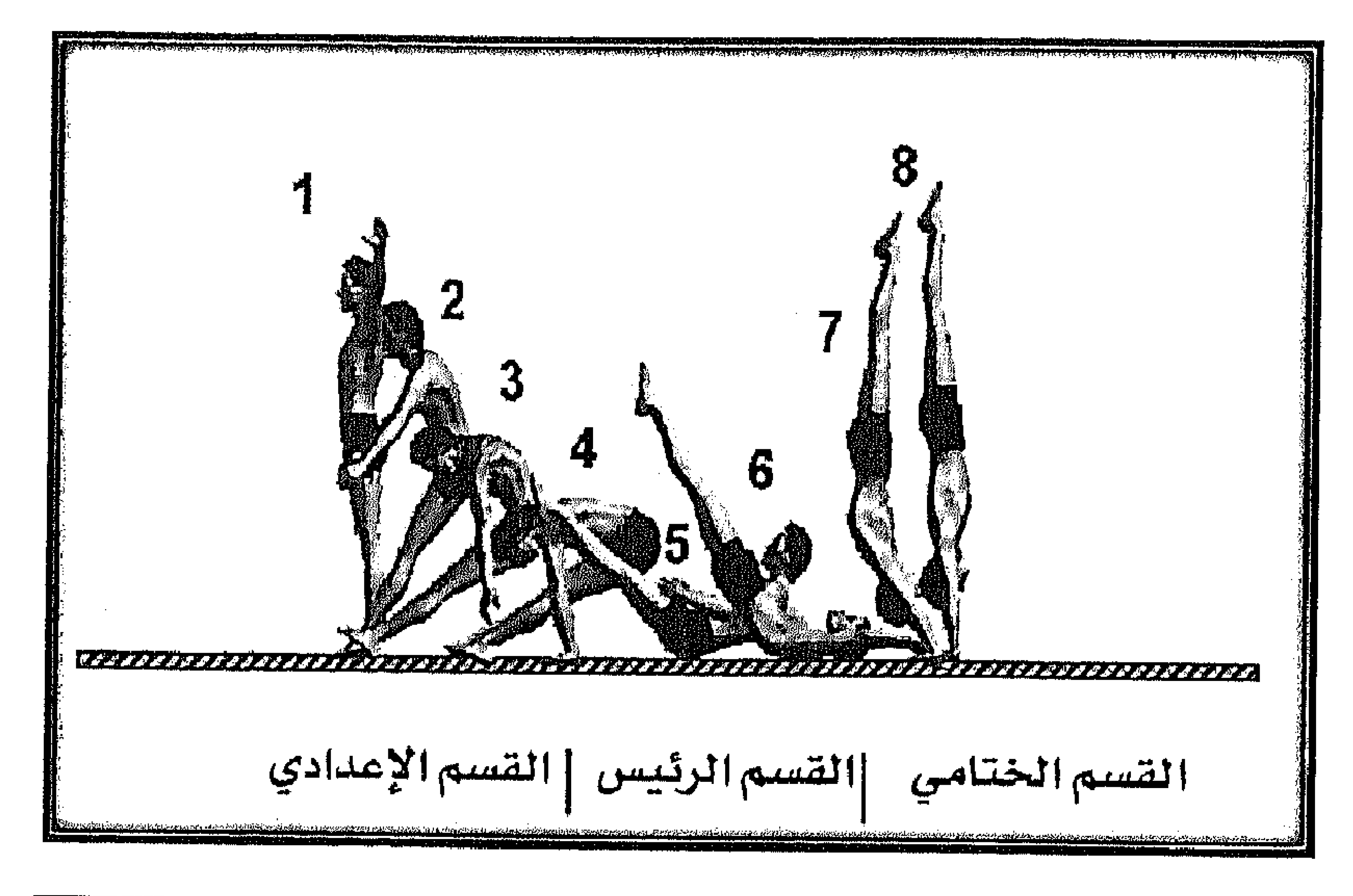
أ. القسم التحضيري:

من الوقوف يتدحرج الطالب الى الخلف مع ثني الجسم من مفصل الورك وإمتداد الرجلين.

ب. القسم الرئيسي:

وضع اليدين بسرعة قرب الرأس والاذنين ومن خلال الدحرجة لوضع الكب يمد مفصل الورك بصورة سريعة ثم تمد الذراعان، أي الخطف السريع بالرجلين للخلف والاعلى للوصول الى وضع الوقوف على اليدين.

ج. القسم الختامي وفي نهاية المد الكامل للجسم أي الوصول الى وضع الوقوف على اليدين والثبات لمدة 2 ثانيتين. (شكل1)



الدرجة /	الدرجة/	الدرجة /

هل الاستمارة تصلح للتقييم؟ تصلح لاتصلح

المرفق رقم (2):

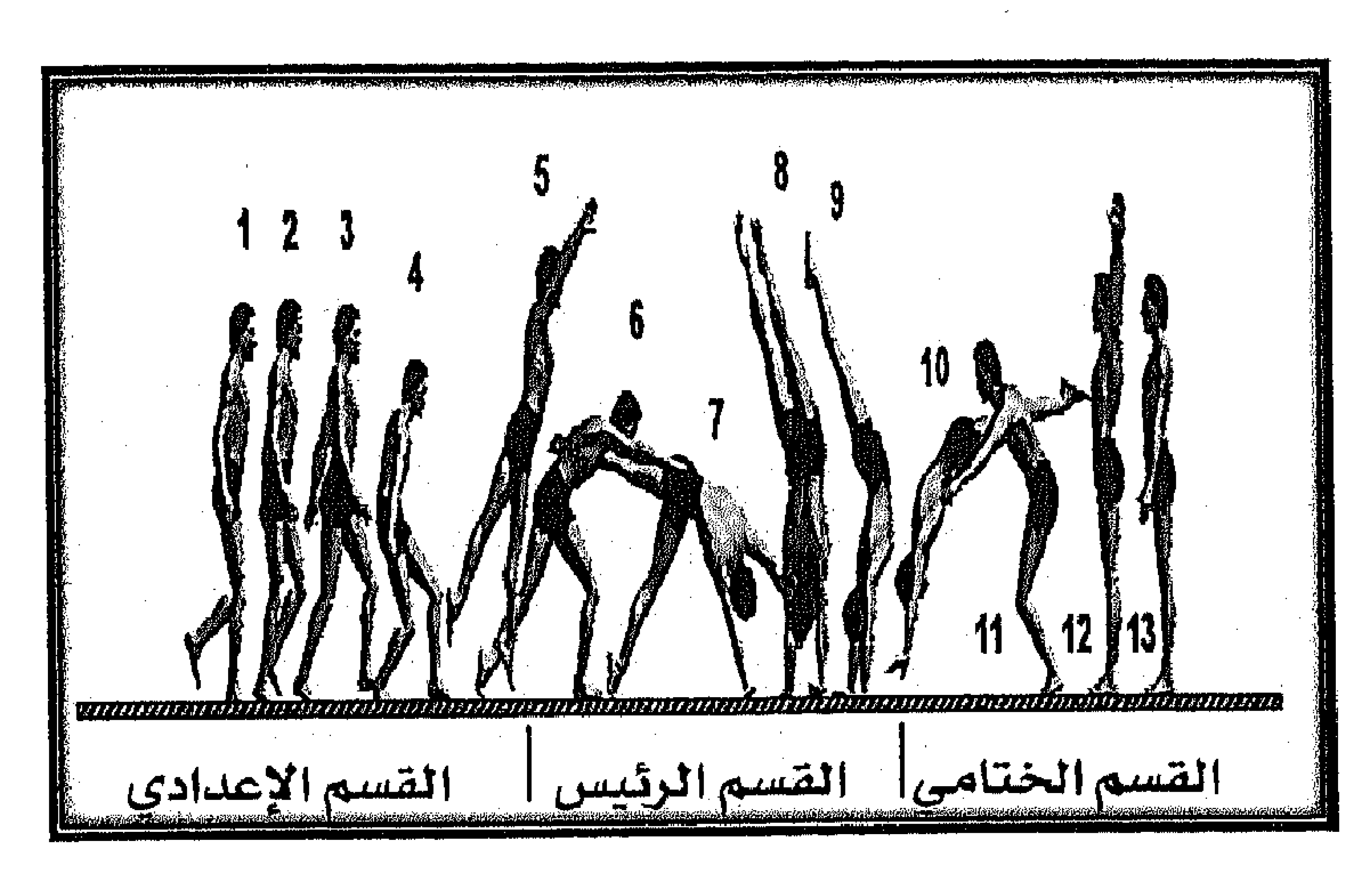
مهارة قفزة العربية على بساط الحركات الارضية النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ) القسم التحضيري: يجري اللاعب خطوتين أوثلاثاً ثم يحجل على القدم الحرة (اليسرى مثلاً) مع مرجحة الذراعين أماماً عالياً.

ب) القسم الرئيس: يضع اللاعب قدم النهوض (اليمنى)أولاً ثم تليها اليد اليسرى التي توضع الى الامام بجانب اليد (اليمنى)، وهي موضحة في الشكل بعدها يؤدي اللاعب نصف لفة مع مرجحة الرجل الحرة بقوة للأعلى وتدفع قدم النهوض الأرض لتلحق بالقدم الحرة عند مرور الجسم بوضع الوقوف على اليدين،

وبعد ذلك يثني مفصلي الورك بسرعة ويدفع اليدين الارض بقوة ويبقي الرجلين مضمومتين مع لف الجذع.

ج) القسم الختامي: الهبوط برجلين مضمومتين على الارض ويصل اللاعب الى وضع الوقوف مواجهاً للإتجاه الذي بدأ منه الجري ثم يمرجح الذراعين أماماًعالياً مع وثبة للأعلى بقدمين مضمومتين. الشكل (2)



الدرجة /	الدرجة /	الدرجة /

هل الاستمارة تصلح للتقييم؟ تصلح لاتصلح

المرفق رقم (3):

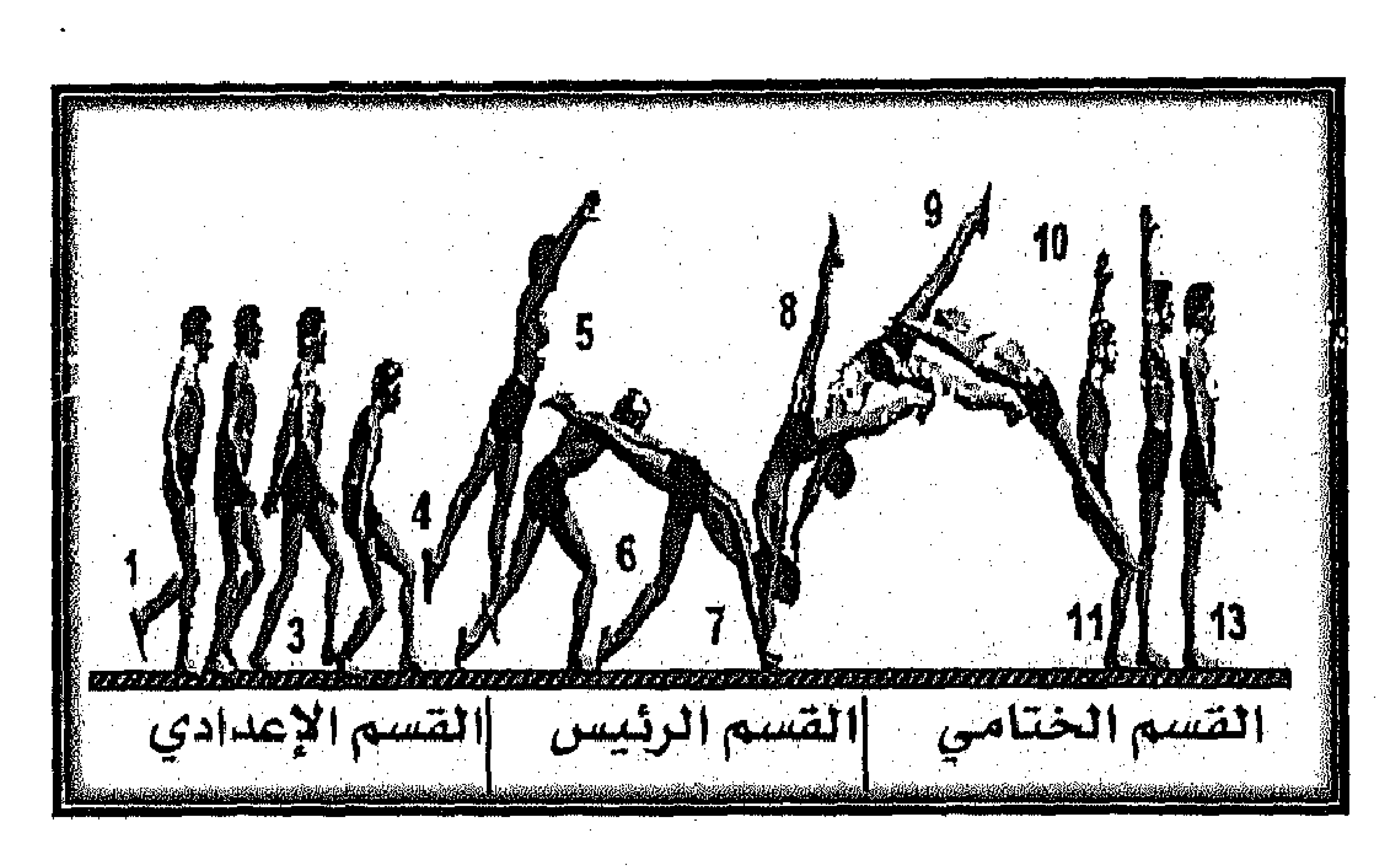
مهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز بساط الحركات الارضية

أ) القسم التحضيري :تبدأقفزة اليدين الامامية بالجري خطوتين أوثلاثة (حيث لايسمح القانون بالجري أكثر من ثلاث خطوات)ثم بالحجل على القدم اليمنى ورفع القدم اليسرى الى الامام مع رفع الذراعين أماماًعالياً.

ب) القسم الرئيس: يميل الجذع أماماًمع وضع القدم اليسرى (الناهضة)على الارض كذلك وضع اليدين باتساع الصدر مع إتجاه الاصابع الى الامام على أن تكون الذراعان ممدودتين تماماً تمرجح الرجل اليمنى (القائدة) عالياً وهي

ممدودة مع دفع الارض بالقدم اليسرى بقوة لتلحق بالرجل اليمنى فو ق الرأس للوصول الى وضع الوقوف على اليدين. وفي هذا الوضع يكون مركزثقل الجسم حول محوره العرضي يخرج مركز الثقل عن الإتجاه العمودي متجهاً الى الامام، بعدها يتم دفع اليدين الارض بقوة وبذراعين ممدودتين. وهذا يحدث دفعاً لامركزياً ليعطي تحليقاً للجسم الى الاعلى لفترة قصيرة مع تقوس الظهر.

ج) القسم الختامي: يكمل الجسم دورانه والرجلان ممدودتان ومضمومتان للهبوط على المشطين على أن تكون الذراعان مرفوعتين عالياًوالرأس بينهما ثم إستقامة الجسم بوضع الوقوف الاعتيادي.(الشكل 3)



الدرجة /	الدرجة /	الدرجة /

هل الاستمارة تصلح للتقييم؟ تصلح لاتصلح

المرفق رقم (4):

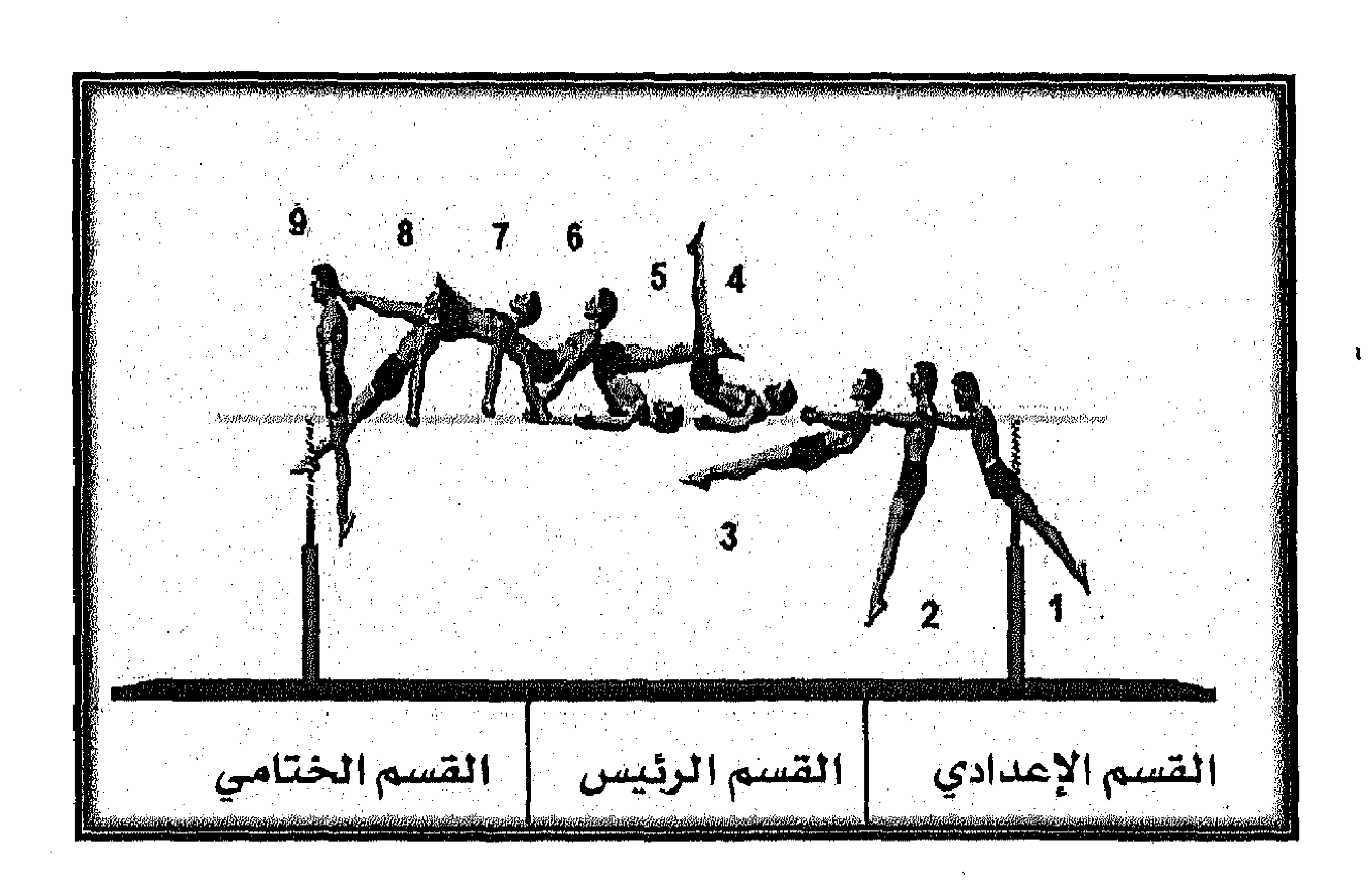
مهارة الكب من وضع الاستناد على الابطين على جهاز المتوازي

لنواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ) القسم التحضيري: يثب اللاعب للإرتكاز على العضدين، والذراعان ممدودتان تقريباً ثم يؤرجح الجسم أماماً لإتخاذ وضع الكب (إحداث زاوية بين الرجلين والجذع) بحيث يكون النظر الى المشطين ويكون مركز الثقل فوق قاعدة الإرتكاز.

ب) القسم الرئيس: من وضع الكب تخطف الرجلين الى الامام والاعلى بزاوية قدرها (45)ثم توقف حركتهما وذلك لتحويل طاقته الكامنة الى الجذع لرفعه الى الاعلى وخاصة الكتفين بإلاشتراك مع دفع العارضتين باليدين كما هو مسلسل.

ج) القسم الختامي: يصل الجسم الى وضع الارتكاز على اليدين بذراعين ممدودتين تماماً .الشكل (4)



الدرجة /	الدرجة /	الدرجة /

هل الاستمارة تصلح للتقييم؟ تصلح لاتصلح

المرفق رقم (5):

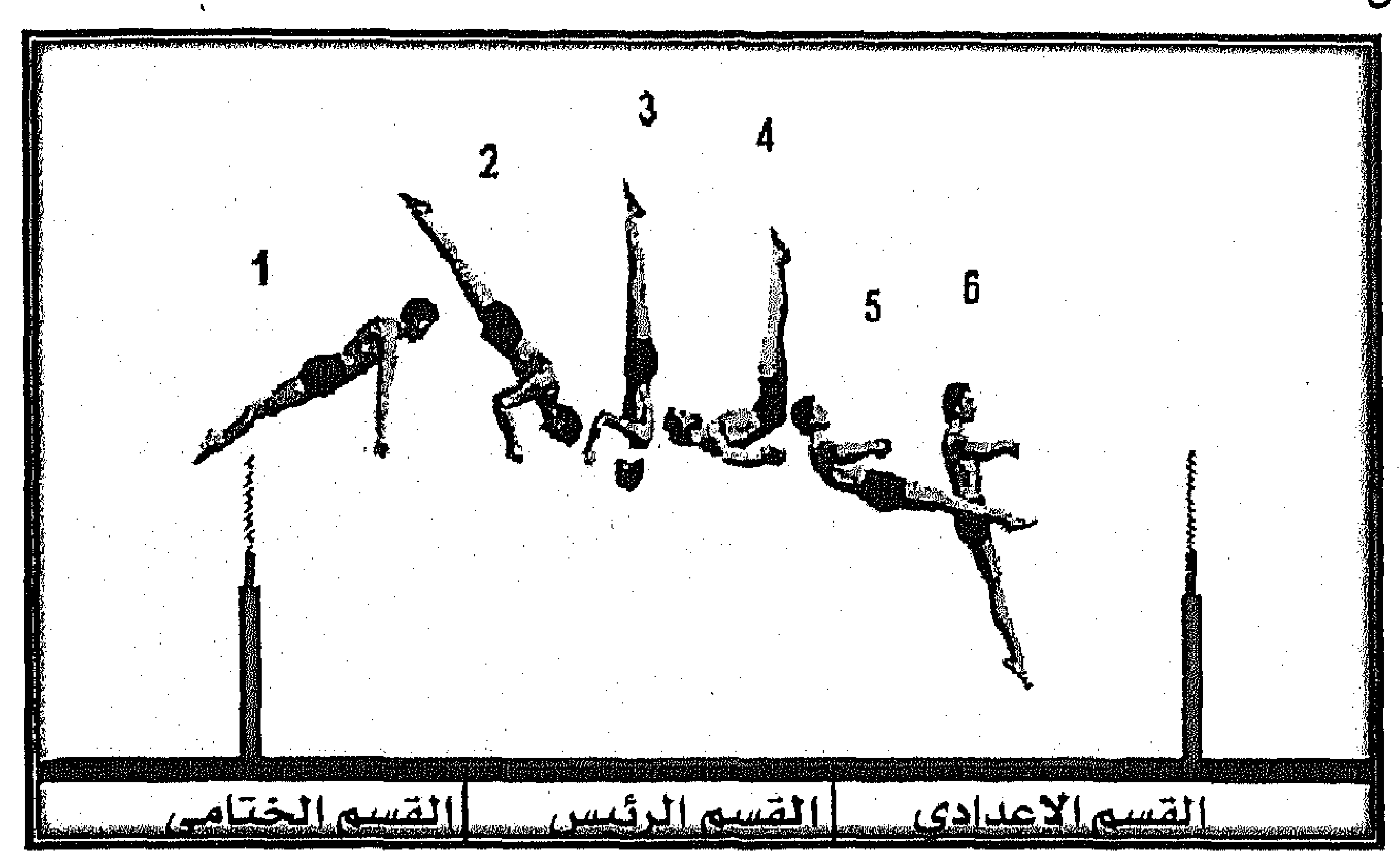
مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي

النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ) القسم التحضيري: من وضع الارتكاز على اليدين يمرجح اللاعب الرجلين أماماً وخلفاً.

ب) القسم الرئيس: بعد ان تتجاوز الرجلان المستوى الافقي خلفاً بقليل يثني اللاعب مفصلي المرفقين ثم فتحهما للخارج مع وضع العضدين على العارضتين وقريباً جداً من اليدين لتصبح اليدان والكتفان على قاعدة الارتكاز.

ج) القسم الختامي: يستمر الجسم في المرجحة حتى يصل لوضع الوقوف على الكتفين مع الضغط على عارضتي المتوازي لاستمرار رفع الكتفين للأعلى والحفاظ على توازن الجسم وعدم سحب الرأس الى الصدر.الشكل (5)



الدرجة /	الدرجة /	الدرجة /

هل الاستمارة تصلح للتقييم: تصلح لاتصلح

المرفق رقم (6):

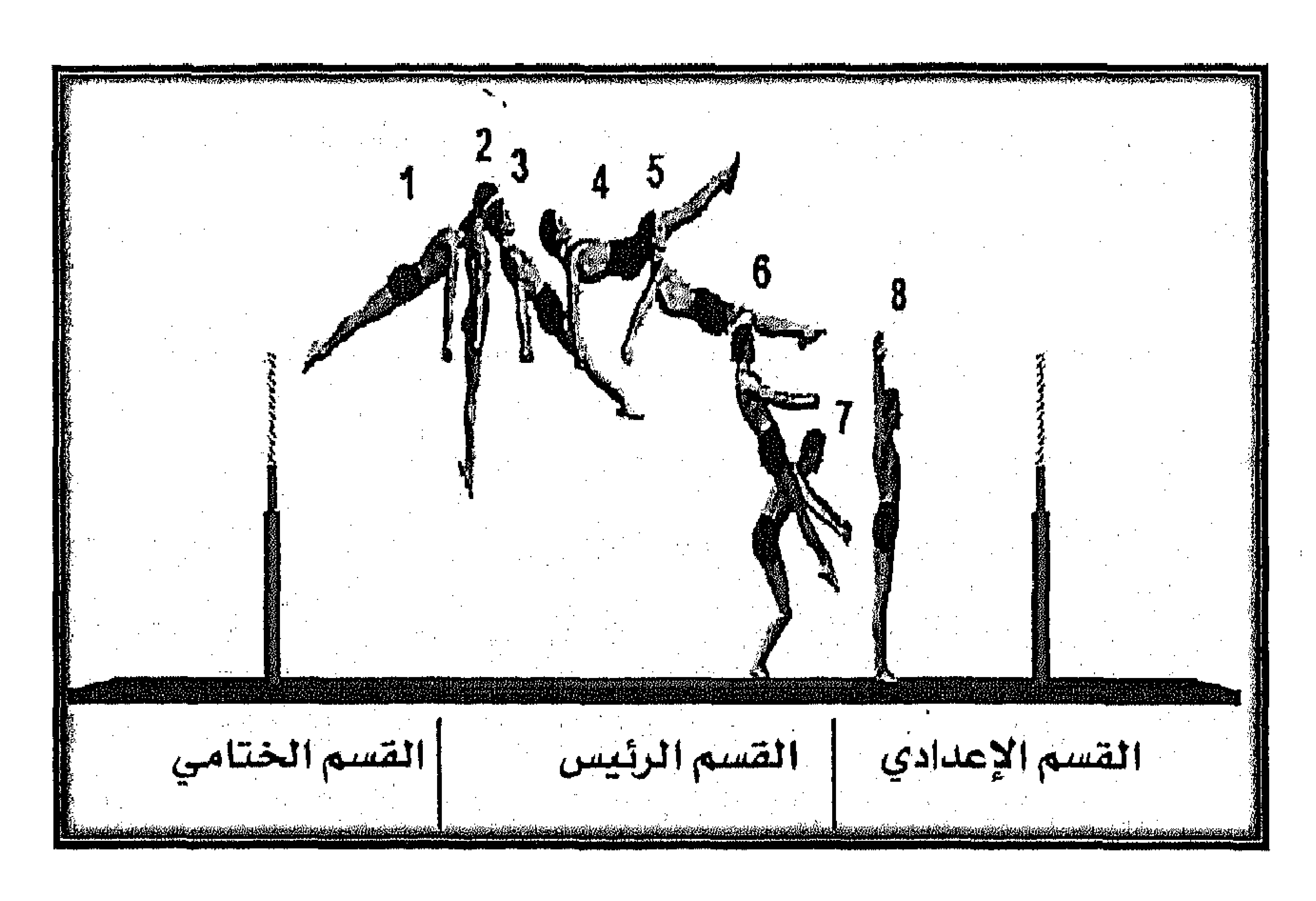
مهارة الهبوط الأمامي على جهاز المتوازي:

النواحي الفنية للأداء الفني حسب أقسام الحركة:

أ) القسم التحضيري: من وضع الارتكاز يؤرجح اللاعب الرجلين الى الامام حتى يصل المشطان الى مستوى الكتفين تقريباً.

ب) القسم الرئيسي: يدفع اللاعب العارضة باليد اليمنى ويرتكز الجسم على اليد اليسرى وينقل اللاعب الرجلين خارج العارضتين مع ترك اليد اليمنى مكان اليد اليسرى.

ج) القسم الختامي: مد مفصل الورك للهبوط جانباً مقاطعاً جهة اليسار والهبوط على الشطين للوصول الى وضع الوقوف الجانبي مع مسك العارضة باليد اليمنى بذراع ممدودة.(الشكل 6)



الدرجة /	الدرجة /	الدرجة /

هل الاستمارة تصلح للتقييم؟ تصلح لاتصلح

الملحق (4)

إستمارة تقويم المهارات

الأستاذ الفاضل ....

تحية طيبة:

في النية إجراء البحث الموسوم بـ" تأثير إستخدام اسلوب الإكتشاف الموجه في اكتساب واحتفاظ بعض المهارات الحركية على جهازي بساط الحركات الارضية والمتوازي في الجمناستك " . ولغرض تحقيق أهداف البحث قام الباحث بتصميم إستمارة لتقويم مراحل الأداء الفني (التكنيك) لبعض المهارات (الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين، قفزة العربية، قفزة اليدين الامامية) على جهاز بساط الحركات الارضية ومهارات (الكب، الوقوف على الاكتاف، الهبوط الامامي)على جهاز المتوازي.ولكونكم الخبراء في هذا المجال يرجى التفضل من سيادتكم بإبداء آرائكم حول الإستمارة ووضع درجات التقويم حسب الدرجات المذكورة في الجدول لكل المهارة من المهارات المذكورة وحسب أقسام الحركة. (القسم التحضيري - القسم الرئيس - القسم الختامي) وذلك من خلال المشاهدة التصويرية.

ولكم فائق الشكر والتقدير

المشرف	الطالب
سعدالله عباس رشيد	منيب صبحي شهاب

إستمارة التقويم للأداء المهاري حسب البناء الظاهري لمهارة ()

ت	الأسم	القسم التحضيري الدرجة ( )	القسم الرئيس الدرجة ( )	القسم الختامي الدرجة( )	المجموع

المشرف

سعدالله عباس رشيد

الباحث

منيب صبحي شهاب

الملحق (5):

إختبارات لغرض التكافؤ:

1) أختبار مرونة العمود الفقري:

أختبار ثني الجزع للأمام من جلوس طولاً:

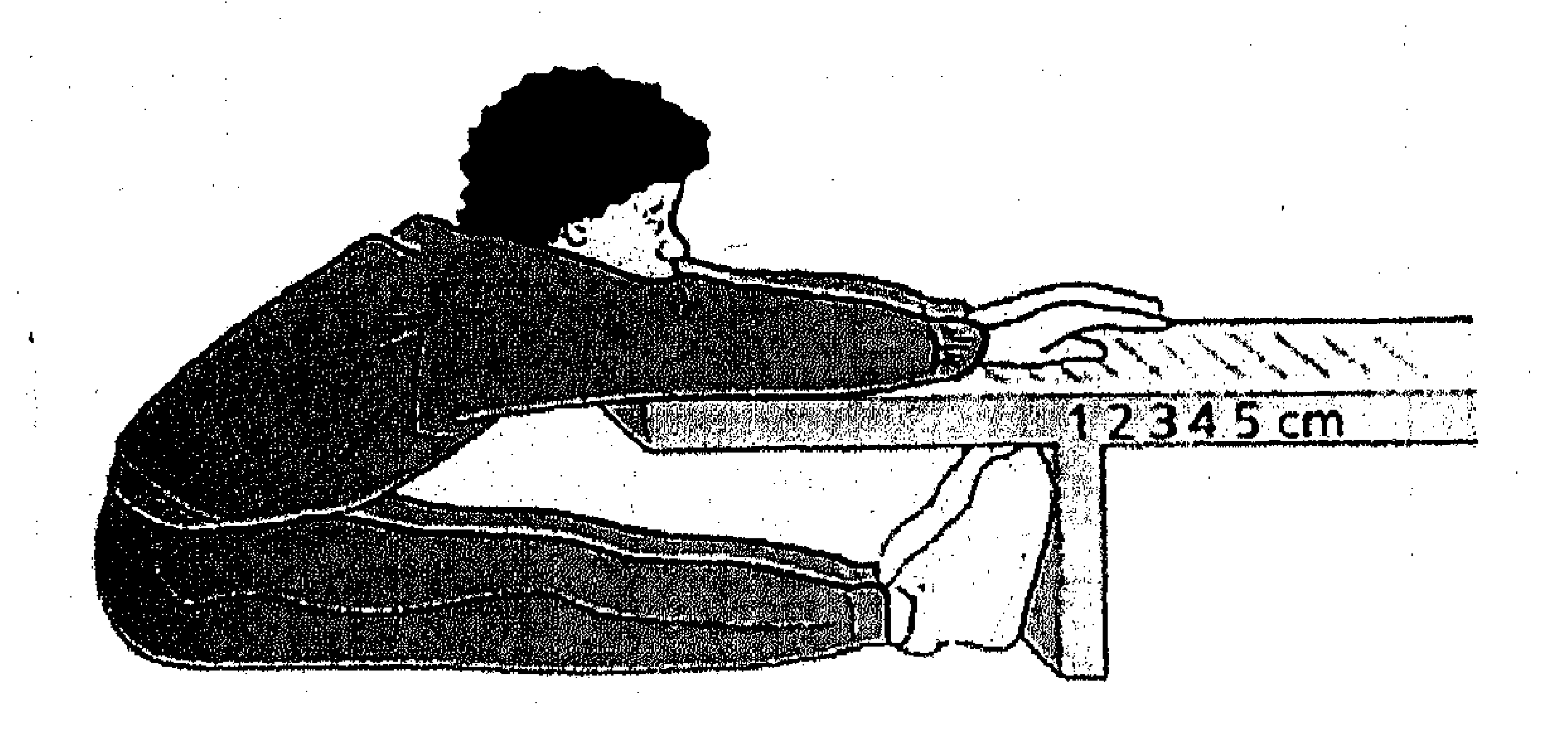
أ. الغرض من الأختبار: قياس مدى مرونة الظهر والفخذ في حركات الثني للأمام من الجلوس الطويل.

ب. الأدوات: مصطبة، مع مسطرة.

ج. مواصفات الأداء: يقم المختبر بالجلوس طولاً مع أستقامة الظهر ويسند الرجلين في قاعدة المسطبة من الجانب ويحاول المختبر مد الذراعين اماماً على أستقامتهما وثني الجذع للأمام للوصول إلى أبعد مدى ممكن(شكل-7).

د. التوجيهات: يجب ثني الجذع بشكل بطيء وأعطاء محاولتين أو أكثر.

ه. التسجيل: حساب أحسن محاولة من المحاولتين.[1]



شكل (7)

(1) WorldAR; Sports Coach – Evaluation , Last Modified 8th April 2002. (INT)

الملحق(6):

2) اختبار مرونة الأكتاف

إختبار رفع الكتفين:

أ. الغرض من الاختبار: قياس مدى القدرة على رفع الكتفين لأعلى من وضع الأنبطاح.

ب. الأدوات: قائم مقسم إلى وحدات كل منها 1سم ويثبت عمودياً على الأرض مع مراعاة بداية الترقيم من أسفل القائمة ويلحق بالقائم عارضة صغيرة موازية للأرض ويسهل تحريكها لأعلى ولأسفل.

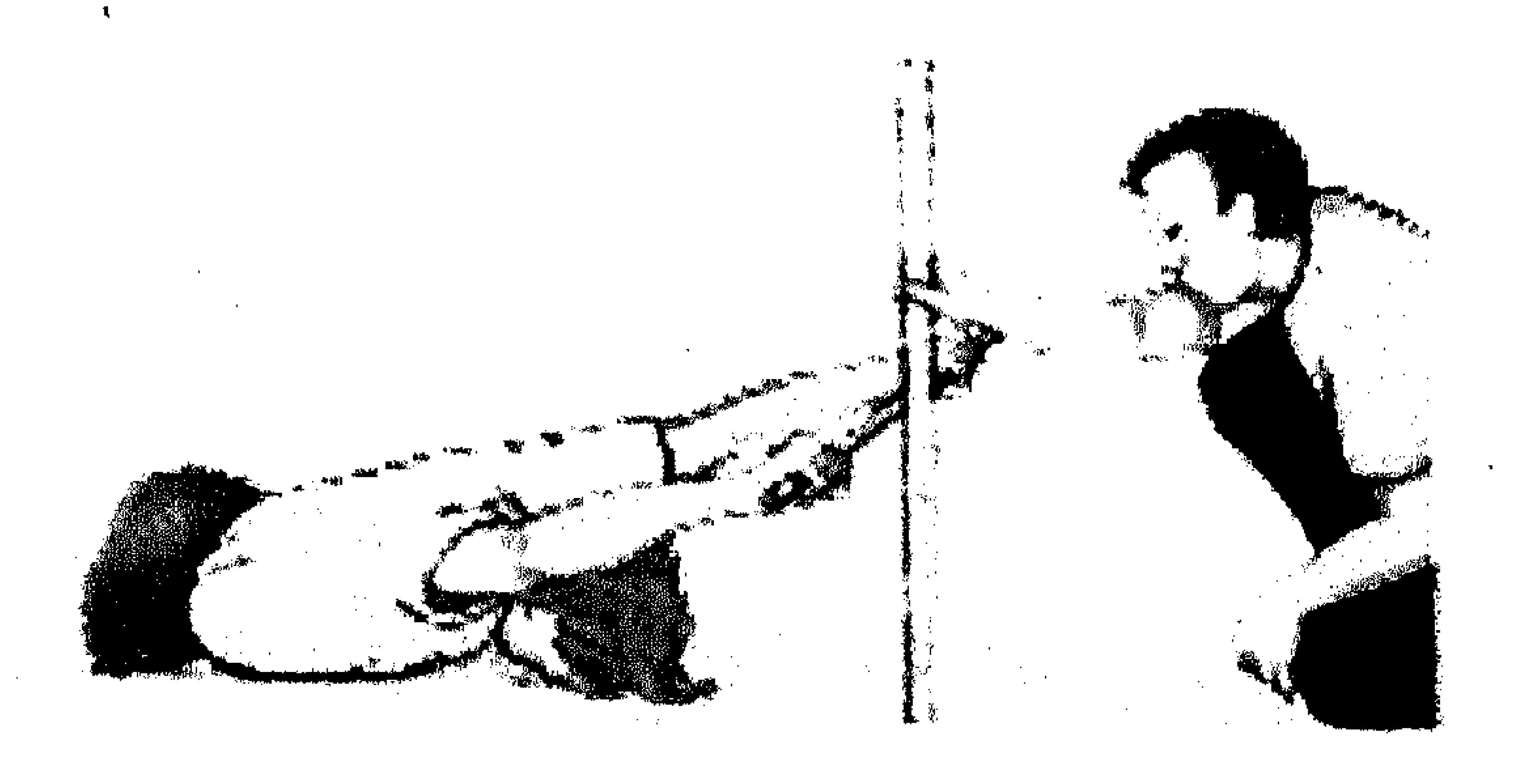
ج. مواصفات الأداء: يتخذ المختبر وضع الانبطاح على الأرض مع مد الذراعين بأتساع الكتفين ويقبض المختبر على القائم ويقوم برفعه للأعلى لأقصى ما يمكن مع أحتفاظه ببقاء الذقن ملامساً للأرض وأمتداد المرفقين والرسغين (شكل - 8).

د. توجيهات: يقاس طول الذراع المختبر وذلك من الحلقة الوحشية للنتوء الأخرومي حتى السطح العلوي القائم أثناء قيام المختبر بالقبض عليه بحيث تكون الذراعان ملامستين للأرض والقائم ملامس للأرض أمام المختبر ويلاحظ ان يكون أمتداد الذراعين بأتساع الكتفين.

ه. التسجيل: تقاس المسافة من الأرض لأسفل العصا مباشرة ويسجل أحسن الأرقام لثلاث محاولات بين كل مها دقيقة للراحة. ويضرب هذا الرقم في 100 ويقسم الناتج على طول الذراع.[1]

---

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ أختبارات الأداء الحركي، ط3: (قاهرة، دار الفكر العربي، 1994). ص349-350



شكل (8)

الملحق(7):

3) اختبار الوثب العمودي من الثبات: (إختبار سرجنت SARGENT)

أ. الغرض من الاختبار: قياس القوة الأنفجارية لعضلات الرجلين.

ب. الأدوات: سبورة تثبت على حائط بحيث تكون حافتها السفلى مرتفعة عن الأرض (150) سم على أن تدرج بعد ذلك من (151) سم إلى (400) سم.

ج. مواصفات الأداء: يغمس المختبر أصابع اليد المميز في المانيزيا، ثم يقف بحيث تكون ذراعه المميزة بجانب السبورة، يقوم المختبر برفع الذراع المميزة على كامل امتدادها لعمل علامة بالأصابع على السبورة، ويجب ملاحظة عدم رفع الكعبين من على الأرض. يسجل الرقم الذي تم وضع العلامة أمامه من وضع الوقوف، يمرجح المختبر الذراعين أماماً عالياً ثم أماماً أسفل خلفاً مع ثني الركبتين نصفاً، ثم مرجحتهما أماماً عالياً مع فرد الركبتين للوثب العمودي إلى أقصى مسافة يستطيع الوصول أليها لعمل علامة أخرى بأصابع اليد المميزة وهي على كامل امتداده (شكل - 9).

د. توجيهات: عند أداء العلامة الأولى يجب عدم رفع العقبين من على الأرض كما يجب عدم رفع كتف الذراع المميز عن مستوى الكتف الأخرى أثناء وضع

العلامـة، إذ يجـب أن يكـون الكتفـان علـى اسـتقامة واحـدة.وللمختبر حـق في عمـل مـرجحتين (إذا رغـب في ذلـك) عنـد تحضـير للوثـب، ولكـل مختـبر محاولتـان تسجل له أفضلهما.

٥. التسجيل: تعتبر المسافة بين العلامة الأولى والعلامة الثانية عن مقدار ما يتمتع به المختبر من القدرة العضلية مقاسة بالسنتيمتر.[1]

M2

M1

شكل (9)

الملحق(8):

4) اختبار قوة الذراعين

اختبار دفع الكرة الطبية (3كغم) باليدين:

أ. الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية لمنطقتي الذراعين والكتفين.

ب. الأدوات: منطقة فضاء مستوية، حبل صغير، كرة طبية 3كغم، كرسي، عدد مناسب من الاعلام والرايات، شريط قياس.

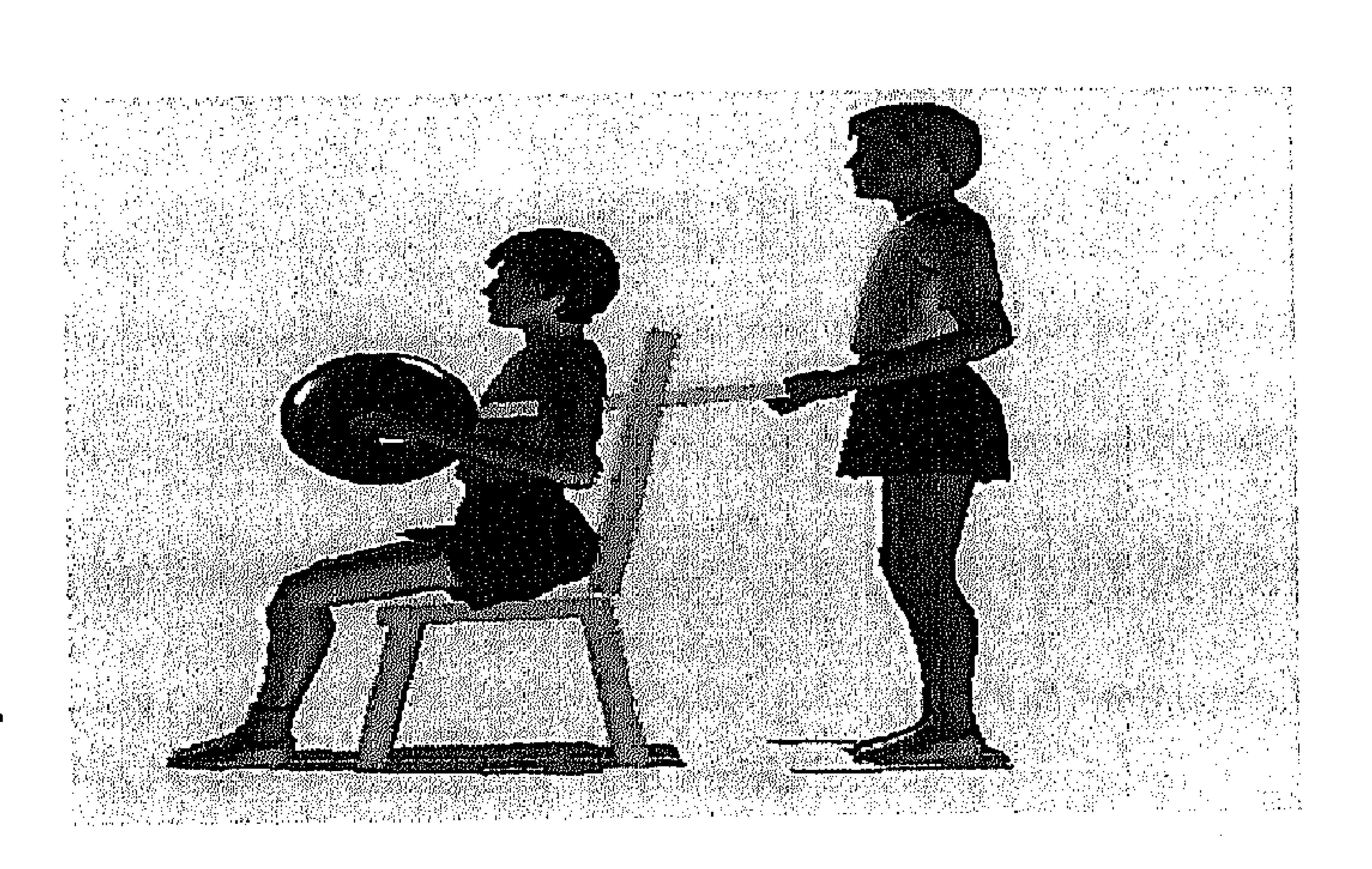
---

(1) محمد صبحي حسنين ؛ التقويم والقياس في التربية البدنية، ج1، ط2: (قاهرة، دار الفكر العربي، 1987). ص 378-380

ج. مواصفات الأداء: يجلس المختبر علي الكرسي ممسكاً، بالكرة الطبية باليدين بحيث تكون الكرة أمام الصدر وتحت مستوى الذقن، كما يجب أن يكون الجذع ملاصقاً لحافة الكرسي، ويوضع حول صدر المختبر حبل حيث يمسك من الخلف عن طريق محكم وذلك بغرض منع حركة المختبر للأمام أثناء دفع الكرة باليدين.وتتم حركة دفع الكرة بأستخدام اليدين فقط (شكل - 10)

د. توجيهات: يعطى للمختبر ثلاث محاولات متتالية.يعطى المختبر محاولة مستقلة في بداية الأختبار كتدريب الأداء، وعندما يهتز المختبر أو يتحرك على الكرسي أثناء أداء أحدى المحاولات لا تحتسب النتيجة ويعطى محاولة أخرى بدلاً منها.

ه. التسجيل: درجة كل محاولة هي المسافة بين الحافة الأمامية للكرسي وبين أقرب نقطة تصنعها الكرة على الأرض ناحية الكرسي مقربة لأقرب 15سم.[1]



شكل (10)

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ المصدر السابق، ص110-112

الملحق (9):

الأسئلة الخاصة بالمهارات قيد البحث:

1) **الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين:**

س/ كيف يكون الوضع البدائي في القسم التحضيري للدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين؟

س/ متى تبدأ القسم الرئيسي؟

س/ أين يقع النظرعند الوصول الى حالة الوقوف على اليدين في مهارة الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين؟

س/ كيف يكون حالة الساق والرجلين لحظة الوقوف على اليدين في الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين؟

س/ ماهي المسافة المناسبة بين القدمين عند أداء الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين ؟

س/ كيف يكون شكل الجسم النهائي بعد أداء مهارة الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين؟

س/ عند أداء حركة النزول للدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين كيف يكون وضع الرأس؟

س/ كم هي المسافة المناسبة بين اليدين عند وضعهما على الأرض في الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين؟

2) قفزة العربية:

س/ كيف يكون الوضع البدائي للحركة في القسم التحضيري لقفزة العربية؟

س/ متى تبدأ القسم الرئيس لمهارة قفزة العربية؟

س/ كيف يكون حالة الجسم عند أداء قفزة العربية ؟

س/ ماهي المسافة المناسبة عند وضع اليدين على الأرض في قفزة العربية؟

س/ متى يتم التحاق الرجل الأرتقاء برجل الحرة في قفزة العربية ؟

س/ أين يقع النظر لحضة الوقوف على اليدين في قفزة العربية ؟

س/ كيف يكون حالة الساق والرجلين عند أداء قفزة العربية ؟

س/ بعد الأنتهاء من قفزة العربية أي جزء يصل إلى الأرض أولاً ؟

3) مهارة قفزة اليدين الامامية:

س/ كيف يكون الوضع البدائي في القسم التحضيري لمهارة قفزة اليدين الامامية؟

س/ متى تبدأ القسم الرئيسي لمهارة قفزة اليدين الامامية؟

س/ ماهي المسافة المناسبة عند وضع اليدين على الأرض في قفزة اليدين الامامية؟

س/ أين يقع النظر في حالة الوقوف على اليدين في مهارة قفزة اليدين الامامية؟

س/ كيف يكون حالة الرأس لحظة الوقوف على اليدين في مهارة قفزة اليدين الامامية؟

س/ كيف تكون وضع الساقين والرجلين لحظة الوقوف على اليدين في مهارة قفزة اليدين الامامية؟

س/ بعد الأنتهاء من قفزة اليدين الامامية اي جزء يصل إلى الأرض أولاً؟

س/ كيف يكون خط سير الحركة في قفزة اليدين الامامية؟

4) الكب على المتوازي:

س/ كيف يكون الوضع البدائي للحركة في القسم التحضيري ؟

س/ متى تبدأ القسم الرئيس ؟

س/ كيف يكون القسم الرئيس لمهارة الكب؟

س/ كيف تكون وضع الذراعين؟

س/ كيف تكون حالة الجسم اثناء أداء حركة الكب؟

س/ كيف يكون وضع الرأس أثناء أداء الكب؟

س/ كيف يكون زاوية الورك أثناء أداء الكب؟

س/ كيف تكون وضع الرجلين اثناء مهارة الكب على المتوازي؟

5) الوقوف على الاكتاف على المتوازي:

س/ كيف تكون القسم التحضيري للحركة ؟

س/ متى تبدا القسم الرئيس؟

س/ كيف يكون وضع الظهر عند الوقوف على الاكتاف على المتوازي ؟

س/ أين يقع النظر لحضة الوقوف على الاكتاف على المتوازي؟

س/ كيف تكون حالة الجسم في حالة الوقوف على الاكتاف على المتوازي ؟

س/ ماهي الشكل المناسب لأداء حركة الوقوف على الاكتاف على المتوازي؟

س/ كيف يكون حالة عضلات الجسم أثناء أداء حركة الوقوف على الاكتاف؟

س/ كيف تكون القسم النهائي لمهارة الوقوف على الاكتاف؟

6) مهارة الهبوط من المتوازي:

س/ كيف تكون القسم التحضيري لمهارة الهبوط؟

س/ متى تبدأ القسم الرئيسي ؟

س/ كيف يكون أداء مهارة الهبوط على المتوازي ؟

س/ كيف يكون أتجاه الجسم أثناء الهبوط على المتوازي؟

س/ كيف يكون وضع الذراعين أثناء الهبوط من المتوازي؟

س/ كيف يكون وضع الرجلين أثناء مرحلة الهبوط من المتوازي؟

س/ أين يقع النظر لحضة الهبوط ؟

س/ متى تترك اليدان العارضة؟

ملحق (10):

أسماء السادة الخبراء الذين تمت الاستعانة بخبراتهم

ت	الاسماء	اللقب العلمي	الاختصاص	عنوان الوظيفة	طبيعة الاستشارة*				
					1	2	3	4	5
1.	وديع ياسين محمد خليل	استاذ	البايوميكانيك	جامعة الموصل	*	*	*	*	*
2.	عامر محمد سعودي	استاذ	التعلم الحركي	جامعة الموصل	*	*	*	*	*
3.	محمد خضر اسمر	استاذ	التعلم الحركي	جامعة الموصل	*	*	*		*
4.	أحمد توفيق الجنابي	استاذ	البايوميكانيك/ التعلم الحركي	جامعة صلاح الدين	*	*	*	*	*
5.	عبد الرزاق كاضم الزبيدي	استاذ		جامعةبغداد	*			*	
6.	هاشم أحمد سليمان	استاذ	القياس والتقويم	جامعة الموصل					*
7.	عارف محسن حساوي	استاذ	البايوميكانيك	جامعة صلاح الدين	*			*	*
8.	اسماعيل ابراهيم محمد	استاذ مساعد		جامعة بغداد			*	*	
10.	فداء أكرم سليم	استاذ مساعد	طرائق التدريس	جامعة صلاح الدين	*	*	*		*
11.	عبـــــد	اســتاذ	علـــــم	جامعة الموصل		*	*	*	*

---

* طبيعة الاستشارة:

-عرض استبيان آراء الخبراء حول مدى صلاحية البرنامج.

-عرض البرنامج التعليمي (المحتوى الحركي).

-عرض استبيان لتحديد عناصر اللياقة البدنية والاختبارات لقياسها

-عرض استبيان للتعرف على صلاحية الاستمارة المعدة حسب البناء الضاهري لتقويم المهارات

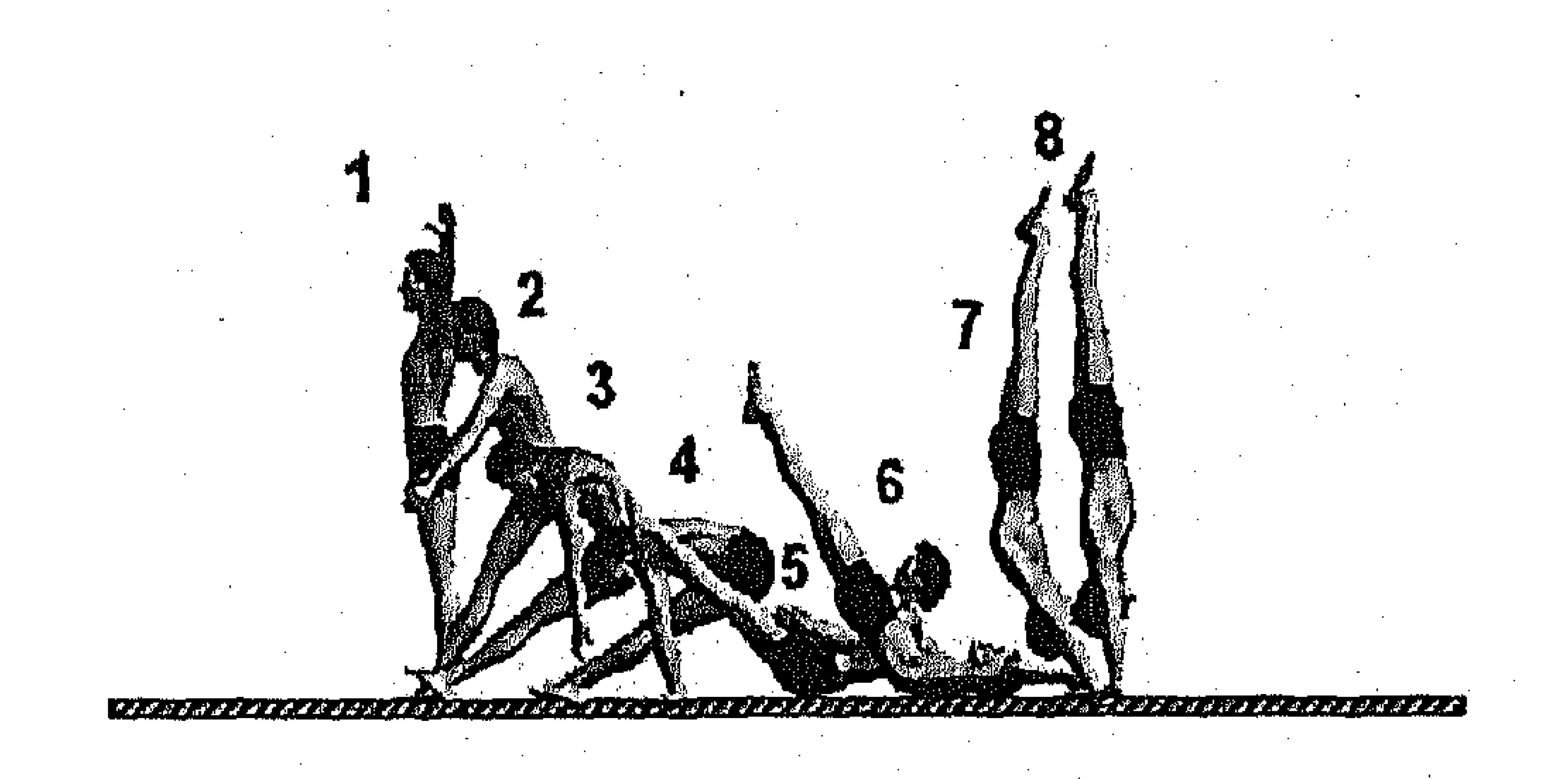
-اخذ الآراء عن طريق المقابلة الشخصية.

ت	الاسماء	اللقب العلمي	الاختصاص	عنوان الوظيفة	طبيعة الاستشارة*				
					1	2	3	4	5
	الجبارعبدالرزاق	مساعد	التدريب/جمناستك						
.12	حامد مصطفى بلباس	استاذ مساعد	طرائق التدريس	جامعة صلاح الدين	*	*	*		*
.13	عامر سكران	مدرس	بايوميكانيك/ جمناستك	جامعة بغداد	*	*	*	*	
.15	شيروان صالح خضر	مدرس	التعلم الحركي	جامعة صلاح الدين	*	*	*	*	*
.16	حسين سعدي إبراهيم	مدرس	طرائق التدريس/ البايوميكانيك	جامعة صلاح الدين					*
.17	حيدر غازي	مدرس	جمناستك/حكم دولي	جامعة الموصل				*	*

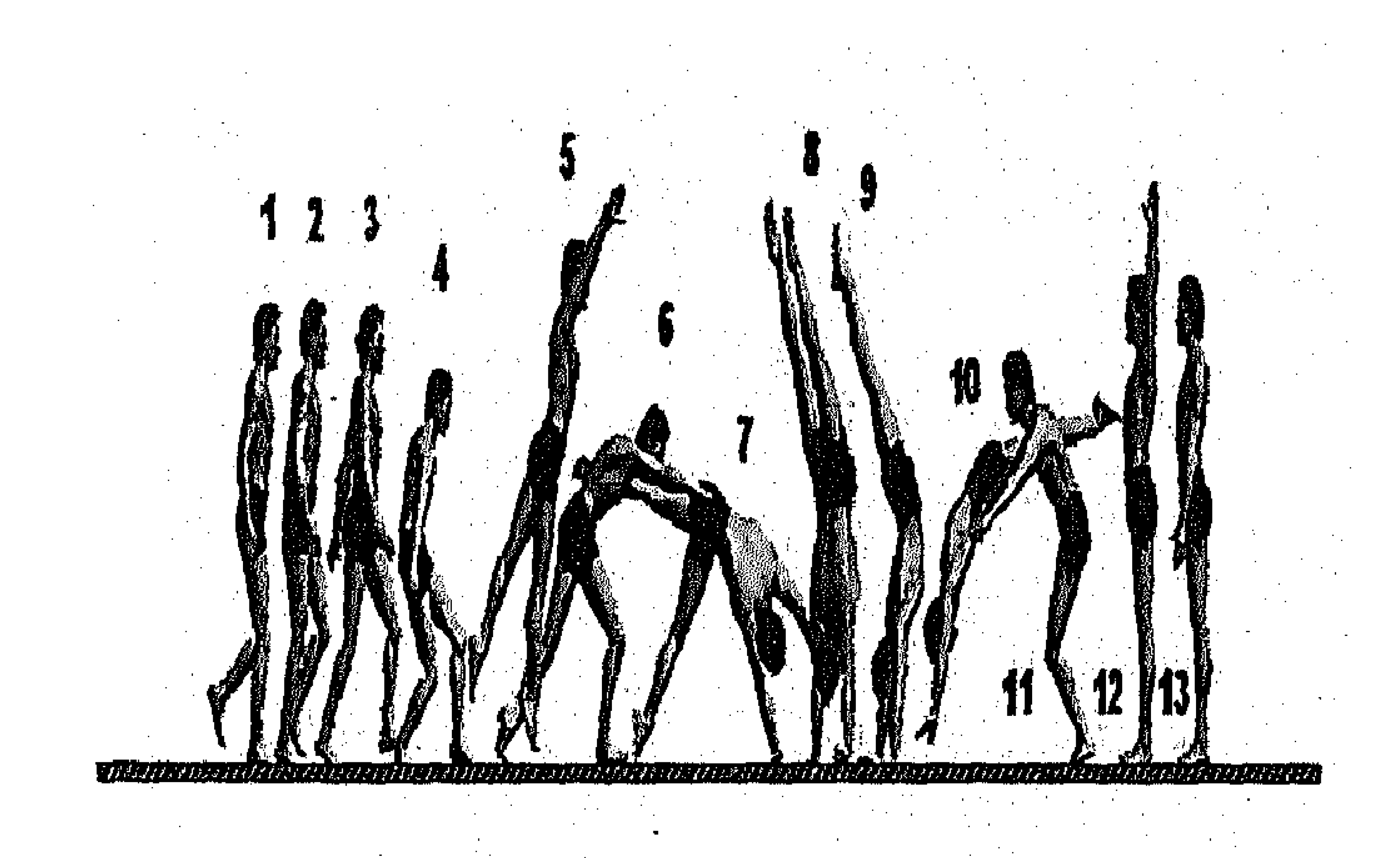
الملحق (11):

صور توضيحية للمهارات الحركية قيد البحث

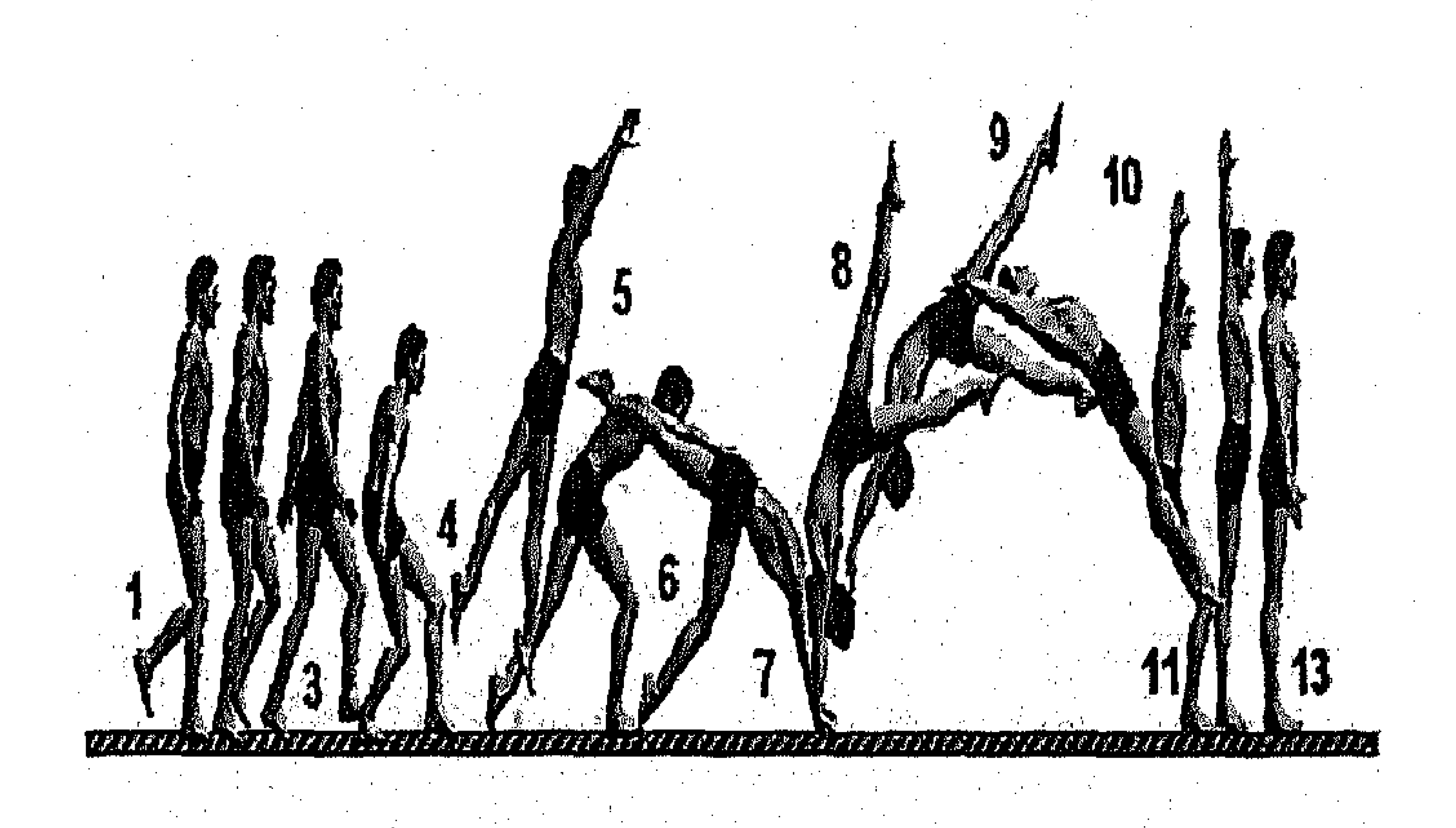
1) مهارة الدحرجة الخلفية من الوقوف للوقوف على اليدين:



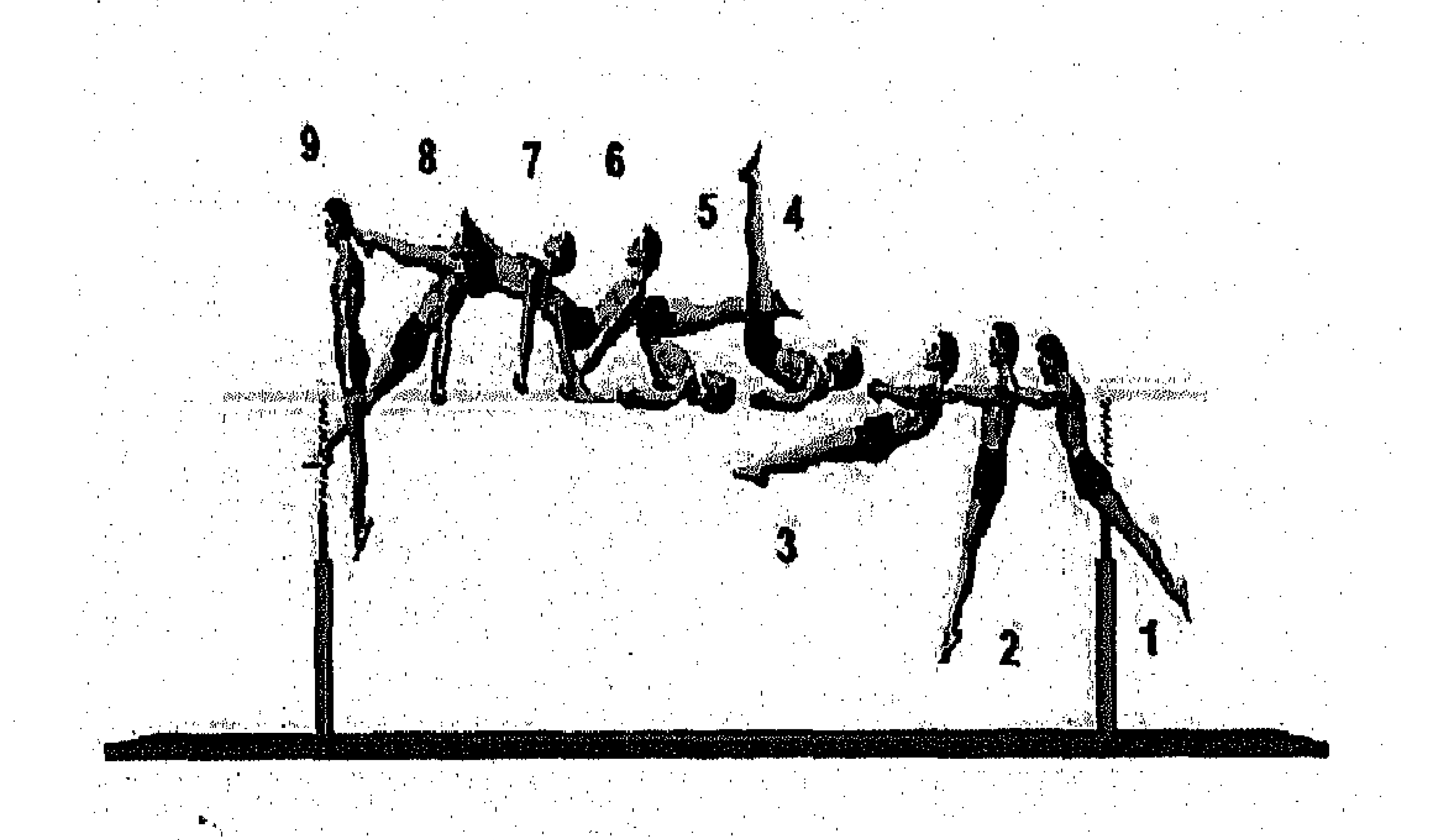
2) مهارة قفزة العربية:



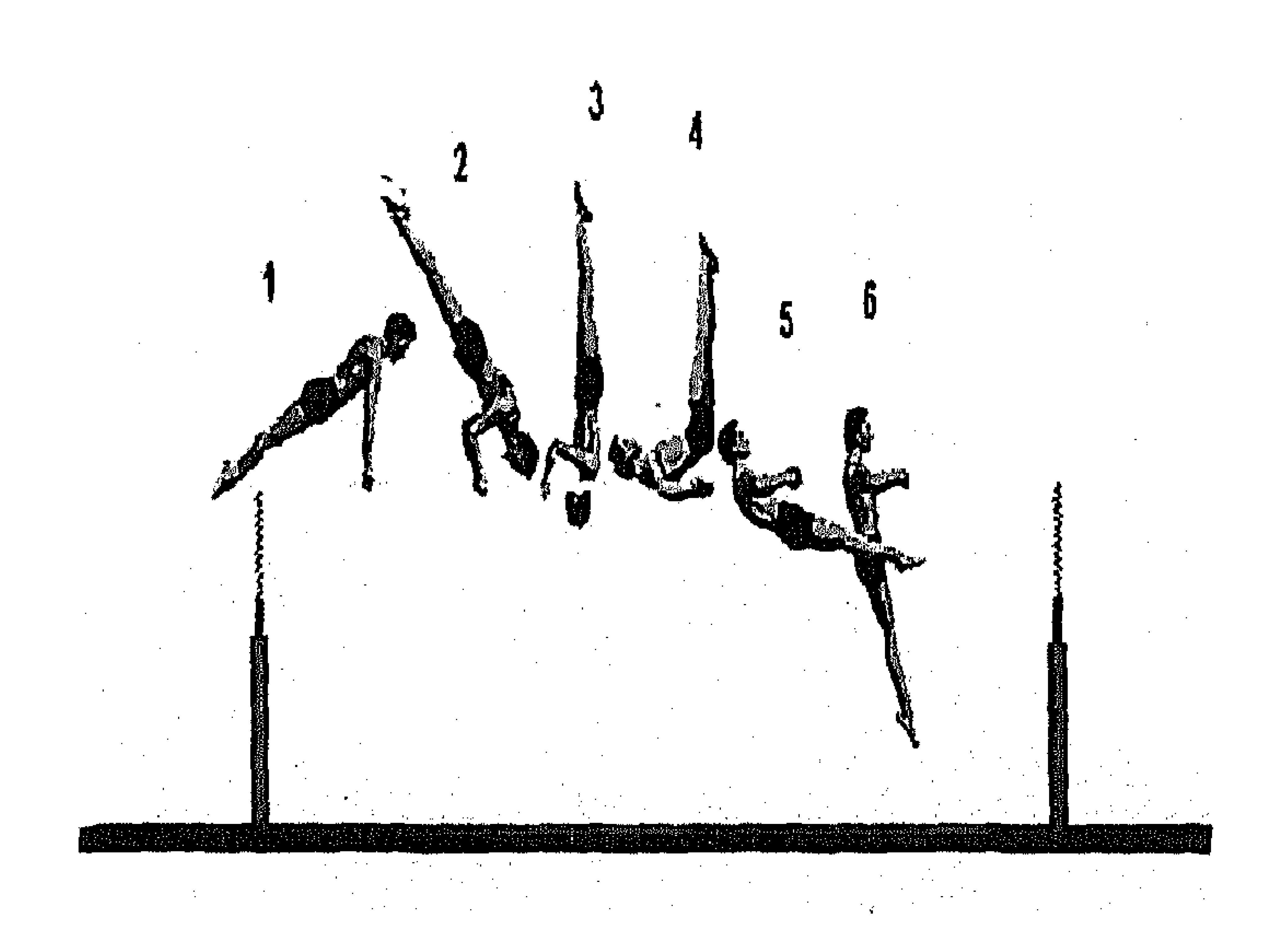
3) مهارة قفزة اليدين الامامية:



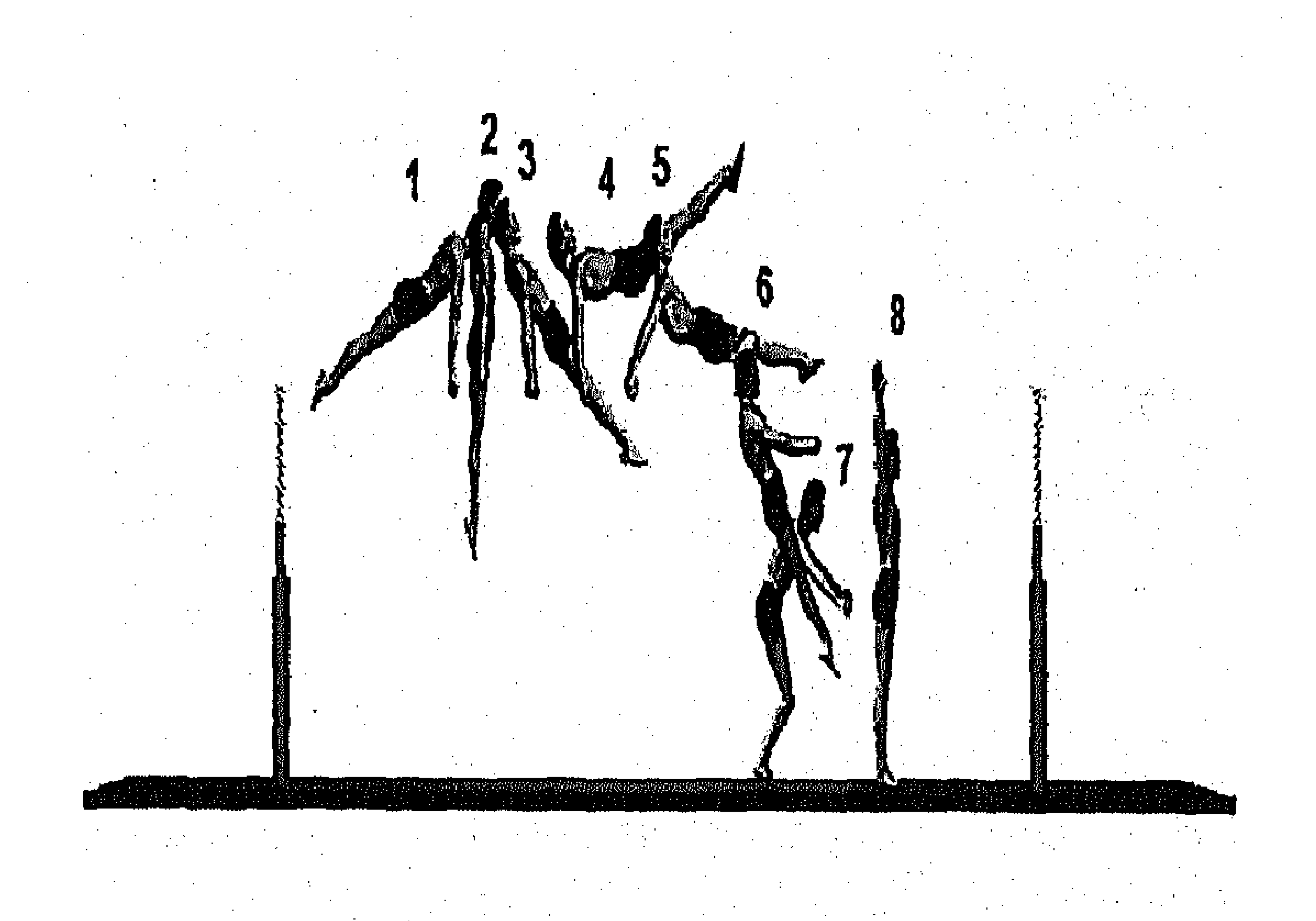
4) مهارة الكب على المتوازي:



5) مهارة الوقوف على الاكتاف على المتوازي:



6) مهارة الهبوط على المتوازي:



المصادر والمراجع

أولاً: المصادر العربية:

1) القـرآن الكـريم

2) إبـراهيم القـاعود؛ "المعاصـر في طرائـق تـدريس الدراسـات الاجتماعيـة"، دراسـة ميدانية،ط: (أربد، مركز الفرقان، جامعة اليرموك 1986).

3) أحمد حامد؛ "التعلم الذاتي وكيفية إعداد برنامج تعليمي يحققه "، مجلة تكنولوجيا التعلي، العدد الثاني عشر (الكويت، جامعة الكويت 1998).

4) أحمـد حسـين وفارعـة حسـن محمـد؛ "التـدريس الفعـال"ط1 :(القـاهرة، عـالم الكتب 1989).

5) أحمـد خـاطر وآخـرون؛ "دراسـات في الـتعلم الحركـي "(مصـر، دار المعـارف الاسكندرية، 1978).

6) أحمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي؛ "أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الأنسانية "، ط1 : (الأردن، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، 1987).

7) أمـل فتـاح زيـدان؛ "دراسـة مقارنـة لاثـر إسـتخدام اسـلوبين في الاسـتقصـاء علـى التحصيل والاحتفاظ بالمعلومات في مادة العلوم" رسالة ماجستير غير منشورة" (كلية التربية جامعة الموصل 1992).

8) بشارة سالمة؛ "التعلم الذاتي وأهميته في تطوير العملية التعليمية"، مجلة المعلم العربي، العدد الاول (الخليج العربي 1985).

9) توفيق احمد و محمد محمود؛ " تفريد التعلم" ط1: (عمان، الاردن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1998)

10) توفيق احمد مرعي ومحمد محمود الحيلة ؛" طرائق التدريس العامة"، ط1: (عمان، دار المسيرة، 2002).

11) جمال صالح حسن وآخران "تدريس التربية الرياضية "ترجمة".ط1: (جامعة بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر1991).

12) حازم احمد مطرود؛"اثر استخدام أساليب مختلفة في تنظيم محتوى منهج الكرة لطائرة في مستوى التحصيل والاحتفاظ المعرفي والحركي" أطروحةدكتوراه غير منشورة، كليةالتربية الرياضية، جامعة الموصل 1997 .

13) داؤد عزيز حنا؛"دراسات وقرآءات نفسية وتربوية " ج2: (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية،1987).

14) ديوبولد ب فاندالين؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون: (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية،1977)

15) ديوبولد ب فاندالين؛ "مناهج البحث في التربية وعلم النفس العام"، (ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون: (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 1984)

16) رؤوف عبد الرزاق وآخرون ؛ "إتجاهات حديثة في تدريس العلوم "(بغداد، مديرية مطبعة الادارة المحلية 1982).

17) رشدي لبيب؛ "معلم العلوم"ط1:(القاهرة، مكتبة أنجلو المصرية974).

18) سامي محمد؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1(دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن2000).

19) سهيلة محسن الفتلاوي؛"تفريد التعليم في إعداد وتأهيل المعلم "انموذج في القياس والتقويم التربوي ط1:(عمان-الاردن دار الشروق للنشر 2004).

20) سيجموند فرويد وآخرون؛ الذاكرة، (ترجمة) مصطفى غالب: (بيروت، مكتب الهلال، 1979).

21) عادل فاضل علي؛ المهارة ومفهومها في التعلم الحركي (محاضرة طلبة الدراسات العليا/الماجستير، الأكاديمية الرياضية العراقية الألكترونية، 2005) أنت

22) عباس محمود عوض؛ علم النفس الأحصائي: (القاهرة، دار الجامعية، 1984).

23) عبد الجليل ابراهيم ومحمد الغنام؛ مناهج البحث في التربية، ج1:(بغداد، مطبعة جامعة بغداد،1981).

24) عبد الرحمن عيسوي؛ "دراسات سايكولوجية "، (مصر، الاسكندرية، منشأة المعارف 1979).

25) عبد الستار جابر الضمد؛ فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، ط1:(الاردن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع 2000).

26) عبدالله بن عثمان؛ "طرق تدريس الرياظيات ط1: (الرياض، جامعة ملك سعود 1989).

27) عبد الفتاح لطفي؛ "طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي". (مصر، دار الكتب الجامعية - الاسكندرية 1972).

28) عبدالله محمد خطايبة ؛ "تعليم العلوم للجميع" ط1:(الاردن، دار المسيرة، (2005

29) د.عبد المنعم سليمان برهم ؛ "موسوعة الجمباز العصرية "ط1:(عمان الاردن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1995).

30) عدنان حسين الجادري ؛ الأحصاء الوصفي في العلوم التربوية، ط1:(عمان، دار المسيرة، 2003).

31) غريب محمد سيد أحمد ؛الأحصاء والقياس في البحث الإجتماعي: (الأسكندرية، دار المعرفة،1987).

32) فاضل محسن الأزيرجاوي؛ أسس علم النفس التربوي، ط1 :(موصل، دار الكتب،1991).

33) فهر، هواردف؛ تدريس الرياضيات في المدرسة الثانوية" ترجمة" لبيب جورجي ط1: (القاهرة، دار القلم، 1993).

34) قيس ناجي عبدالجبار وأحمد بسطويسي ؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1984).

35) لجين سالم مصطفى الشكرجي؛ أثر أستخدام دائرة التعلم في إكتساب المفاهيم الجغرافية والأحتفاظ بها لدى طالبات الرابع العام: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة موصل/ كلية التربية،2000).

36) ماجد أحمد مؤمني؛ التذكر والنسيان: (مجلة التربية، اللجنة الوطنية للتربية والثقافة والعلوم، العدد 80، 1986).

37) مجدي عزيز إبراهيم ؛"إستراتيجيات التعليم واساليب التعلم "، ط1 :(المصر، مكتبة انجلو، 2004).

38) مجدي عزيزإبراهيم ؛ (2004): موسوعة التدريس، ج 2، (مصر، دار النشر والتوزيع الطباعة، 2004).

39) مجيد ماهرومحمد مجيد مهدي؛ "أساسيات طرائق التدريس العامة "، ط1 : (العراق، دار الكتب جامعة الموصل،1991).

40) محمد إبراهيم شحاتة ؛" أسس تعليم الجمباز "،ط1 :(القاهرة، دار الفكر العربي، 2003).

41) محمد إبراهيم شحاتة ؛"تدريب الجمباز المعاصر"، ط1 : (قاهرة، دار الفكر العربي، 2003).

42) محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب ؛" البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي"، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).

43) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ "إختبارات الأداء الحركي"، ط3: (قاهرة، دار الفكر العربي، 1994).

44) محمد خليل ؛ "الرياضيات مناهجها واصول تدريسها"، ط1 :(عمان، دار الفرقان، 1993).

45) محمد صبحي أبو صالح وآخرون؛"مقدمة في الطرق الإحصائية"،ط1 :(عمان، دار اليزوري، 2000).

46) محمد صبحي حسانين وحمدي عبدالمنعم ؛"التقويم والقياس في التربية البدنية"، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي،1987).

47) محمد مجيد مهدي؛ "المناهج وتطبيقاتها التربوية" ط:1(العراق، دارالكتب للطباعة، جامعة الموصل، 1990).

48) محمد محمود الحيلة ؛ "التربية المهنية وأساليب تدريسها":(عمان دار المسيرة للنشر، 1998).

49) محمد محمود الحيلة، "التصميم التعليمي نظرية وممارسة "، ط1: تقديم د.محمد ذيبان غزاوي، (عمان، دار المسيرة 1999).

50) محمد محمودالحيلة ؛ "طرائق التدريس وإستراتيجياته "ط1: (الامارات، دار الكتاب الجامعي،2001)

51) محمد محمود الحيلة ؛"طرائق التدريس وإستراتيجياته"،ط1 :(العين،دار الكتب الجامعي،2001).

52) محمودعباس؛ "التعلم الذاتي بين الفكر والتطبيق" دراسة تحليلية لآراء معلمي المرحلتين الاعدادية والثانوية في سلطنة عمان، ط1 :(عمان وزارة التربية والتعليم، لجنة التوثيق والنشر،1993).

53) معيوف ذنون حنتوش وعامر محمد سعودي ؛ المدخل في الحركات الأساس لجمباز الرجال ط1 :(موصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988).

54) منير جرجيس ابراهيم؛ "كرة اليد للجميع "، ط1:(القاهرة، دار الفكر العربي، 1990).

55) نزار الطالب؛ "مبادئ علم النفس الرياضي"، ط1: (العراق، مطبعة الشعب بغداد 1976)

56) تظير جميل أسماعيل داؤد الوزان ؛ أثر أستخدام أساليب التنافس في التطوير والأحتفاظ ببعض مهارات كرة اليد لطلاب الصف الثاني المتوسط: (رسالة ماجستير ، جامعة الموصل /كلية التربية الرياضية، 2004).

57) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي الكبيسي؛ دليل البحاث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، ط1: (بغداد،ب.م،2004).

58) هايمان رونالد؛ طرق التدريس، "ترجمة" د.إبراهيم الشافعي، (بيروت، دار القلم 1976)

59) وجيه محجوب؛" التحليل الحركي "،ط1: (بغداد، مطبعة وزارةالتعليم العالي 1985)؛

60) وجيه محجوب "التحليل الحركي "، ط2: (بغداد، مطبعة وزارة التعليم العالي، 1987).

61) وجيه محجوب؛ " التعلم والتعليم والبرامج الحركية "، ط1: (عمان، دار الفكر، 2002)

62) وليد أحمد جابر؛ "طرق التدريس العامة "، ط2: (الاردن، 2005).

63) يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، مكتب الصخر للطباعة، 2002).

64) يوركن لايرش؛ الأسس النظرية في الجمناستك، ط1: (بغداد، مطبعة دار السلام، 1973).

ثانياً: المصادر الاجنبية:

1. Sand,Robert ,and arther –a-carin “teacher scince through discovery “chio:o.e herrill (1975)
2. john wiley discovery.polya under standing learning and teaching problemsolving “.vol.g 1965(mathematical
3. Schmidt,andlee,MotorLearning& control: (Human Kinetics, p442-459, 1L, 2005).

مواقع الانترنيت:

http://www.coe.ilstu.edu/scienceed/lorsbach/257lrcy.htm

http://www.worldar.com/endurance/eval.htm

http://www.iraqacad.org/Lib/Adil1.htm

http://www.iraqacad.org/Lib/Adil2.htm

www.moudir.com/vb/showthread.php


مكتبة المجتمع العربي
للنشر والتوزيع


مكتبة المجتمع العربي
للنشر والتوزيع

تمرينات متقدمة في
الجمناستك

تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه في اكتساب بعض المهارات





الأردن - عمان - وسط البلد - ش. السلط - مجمع الفحيص التجاري
تلفاكس: 96264632739+ - خلوي: 962795651920+ ص.ب. 8244 عمان 11121 الأردن
ش. الملكة رانيا العبد الله - مقابل كلية الزراعة - مجمع سمارة التجاري
Email: Moj_pub@yahoo.com - info@ muj-arabi-pub.com
www.muj-arabi-pub.com
مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع

